

Quan Dao



sich erden  
Energien mobilisieren  
**Stress loslassen**  
Grenzen spüren  
fit und beweglich bleiben  
sich verteidigen

**QUAN DAO KUNG FU –  
der Weg zur Quelle**

Kraft tanken  
**kämpfen**  
zusammen Spaß haben  
Ausgleich  
**Dynamik**  
die Mitte finden

# QUAN DAO KUNG FU der Weg zur Quelle

Kampf- und Bewegungskunst

**Anfängerkurs  
für Erwachsene  
Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

Mit Quan Dao Lehrer Ernst-Ulrich von Teubern  
Im Dorfgemeinschaftshaus  
in 34582 Borken-Dillich, Frielendorferstraße 2

**Infos und Anmeldung:  
Tel. 05682 5593, [www.quandao.de](http://www.quandao.de)**

