



Shaolin Retreat vom 13.11. - 16.11.2026

4 Tage leben, trainieren und meditieren wie im Shaolin Kloster



Shaolin Mindset. Stärke beginnt im Kopf.

**Dich erwarten 4 Tage Auszeit
mit Meister Cheng.**

Traditioneller Shaolin-Tagesrhythmus,
Stille, Natur, Meditation,
Qigong, Kungfu, Tempel-Küche,
Teezeremonie und
gemeinsame Shaolin-Morgen- und Abendrituale.



Beginn: Fr 14:00 Uhr / Ende: Mo 12:00 Uhr

Für jedes Alter und jede Erfahrungsstufe geeignet.

Alle Übungen werden individuell angepasst.

Programm + Unterkunft-Empfehlungen auf Anfrage.

Kleine Gruppe, maximal 12 Plätze.

Anmeldung & Information

Email: chengschule@gmail.com **mobil:** 0176 8303 5758 **Trainingsort:** Karl-Marx-Str. 46, 06502 Thale

Website: www.kampfkunstschule-cheng.de **Kosten:** 350,-€ (ohne Verpflegung/Unterkunft)