

# 同路

**TONG LU WU SHU**  
Wing Chun Kung Fu

**Tong Lu Wu Shu**  
G. Stingel & R. Quendoz  
Wiesentalstr. 8b  
8962 Bergdietikon

info@tonglu.ch  
www.tonglu.ch  
Tel. 077 463 31 00  
Tel. 079 679 04 05

---

## Unsere Lineage

Wing Chun Kung Fu ist eine aus dem Süden Chinas stammende Kampfkunst, welche nicht zuletzt aufgrund der Filme von und mit Bruce Lee, eine weite Verbreitung im Westen fand. Der letzte **Grossmeister** dieses Stils, **Ip Man**, unterrichtete mehrere Schüler, von denen einige wiederum eigene Schulen gründeten und so zur Verbreitung des Stils beitrugen. Interessant ist, dass obwohl die meisten Schulen sich auf Ip Man als Stammvater berufen, die Unterschiede in den Ausübungen der Techniken teilweise frappant sind. So haben zwar fast alle Wing Chun Schulen drei waffenlose Formen und eine Holzpuppenform, schaut man sich aber die Ausübung dieser Formen genauer an, sieht praktisch keine gleich aus wie die andere. Genau gleich verhält es sich bei der Ausübung der Techniken, welche zwar meist denselben Namen tragen, in der Anwendung aber stark unterschiedlich ausgeübt werden können.

Wing Chun ist eine Kampfkunst, deren Techniken auf **biomechanische Prinzipien** zurückgeführt werden. Ziel ist, mit **minimalem Kraftaufwand** eine **grösstmögliche Wirkung** zu erzielen. Daraus folgt, dass je konsequenter diese biomechanischen Prinzipien umgesetzt werden, desto erfolgreicher und effizienter die Techniken auch eingesetzt werden können.

In unserer Schule lehren und praktizieren wir «**Florida Line Wing Chun**». Wie der Name sagt, stammt diese Stilausprägung aus Florida. Florida Line Wing Chun ist geprägt durch ein rigores Umsetzen der **Wing Chun Prinzipien**. Neben dem Trainieren der Formen und der Drills wird dem **Sparring** viel Zeit eingeräumt, wobei Härte und Intensität sehr stark abgestuft und dem Können und der Erfahrung der Studenten angepasst werden. Das Training ist darauf ausgerichtet, dass das Erlernte im Notfall umgesetzt werden kann. Wir praktizieren keine Kampfkunst der Kunst willen, sondern eine **effektive und praktikable Selbstverteidigung**.

Lineage siehe Folgeseite

# 同路

**TONG LU WU SHU**  
Wing Chun Kung Fu

**Tong Lu Wu Shu**  
G. Stingel & R. Quendoz  
Wiesentalstr. 8b  
8962 Bergdietikon

info@tonglu.ch  
www.tonglu.ch  
Tel. 076 344 07 39  
Tel. 079 679 04 05

## Tong Lu Wu Shu – Florida Kung Fu-Lineage



**Yip Man**

(1893–1972, gestorben in Hongkong)



**Leung Sheung**

(1918–1978, gestorben in Hongkong)



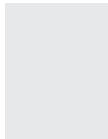
**Kenneth Chung**

(Kalifornien)



**Ben Der**

(Kalifornien)



**Ken Werner**

(Florida, nicht mehr aktiv)



**Karl Godwin**

(Florida)



**Bill Graves**

(Florida)



**Tong Lu Wu Shu** (Switzerland)

**Guido Stingel**

**Roger Quendoz**

**Pia Stingel**