Brendan Lea

Hamburg 31. Juli / 1. August 2027



Wir freuen uns sehr, mit Brendan Lea den besten und hochrangigsten Schüler von Kampfkunst-legende Peter Ralston in Hamburg begrüßen zu können. Uns erwartet ein intensives Seminar mit inspirierenden Einsichten und viel Training. Praktizierende anderer Kampfkünste, Neugierige und Anfänger sind herzlich willkommen!

Die Prinzipien müheloser Stärke

Ein stilübergreifendes Intensivwochenende

www.effortless-power.de

Brendan Lea

Brendan ist seit fast 25 Jahren Schüler von Peter Ralston. Er hat bei ihm alle verfügbaren Ausbildungsprogramme absolviert und lebt am Cheng Hsin Center in Texas. Er hat viel Erfahrung als Seminarleiter und assistiert Ralston bei den Bewusstheits-Workshops. Er leitet auch eigene Workshops in den USA und anderen Ländern.
Sein engagiertes Forschen und Trainieren hat ihm ein tiefes Verständnis dafür vermittelt, wie sich die Dynamik von Körper und Geist auf effektive Interaktion und die Kampfkunst überträgt. Weiterhin hat er durch Jahre intensiver Kontemplation ein tiefes Bewusstsein von Selbst, Leben und Realität entwickelt. Dadurch ist er in der Lage, auch andere kraftvoll zu unterstützen, die notwendigen Durchbrüche und Einsichten zu erreichen, die ihr Bewusstsein erweitern und neue Fähigkeiten entwickeln lassen.



Der Workshop

Brendan unterrichtet in freundlicher Athmosphäre die „Prinzipien müheloser Stärke und effektiver Interaktion“ in abwechslungsreicher Folge. Einfache Wurf und Entwurzelungstechniken, dynamische Interaktionsspiele und ruhige Soloübungen zur Körperwahrnehmung und Entspannung machen die Mühelosigkeit in der eigenen Bewegung und in der Interaktion mit dem Partner erfahrbar.
Der Workshop bereichert die Praxis unterschiedlichster Kampf- und Bewegungs-künste und ist auch für Anfänger gut geeignet.



Ort

Chon Jie In Haus
Seewartenstraße 10 Haus 6
20459 Hamburg - St. Pauli
U / S Landungsbrücken

Zeit

31. Juli und 1. August 2027
Samstag und Sonntag:
9 - 11 und 11:30 - 13 Uhr
15 - 16:30 und 17 - 18:30 Uhr

Anmeldung

Anmeldungen formlos per Email oder telefonisch.
Dabei nicht vergessen:
Name und Adresse
Übernachtung im Dojo ja / nein
Anzahlung ja/ nein

Kosten

Frühbucher: Anmeldung bis 17. Juli

Das Wochenende kostet 200 €.
Mit der Anmeldung wird eine Anzahlung von 50€ auf das u.a. Konto fällig. Der Restbetrag kann bar am Beginn des Workshops oder durch Überweisung beglichen werden.

Spätentschlossene: Ab 18. Juli

Das Wochenende kostet 225 €.
Der Betrag kann bar am Beginn des Workshops oder durch Überweisung beglichen werden.

Konto

Klaus-Heinrich Peters
IBAN: DE09 2005 0550 1257 4842 02
Hamburger Sparkasse BIC: HASPDEHHXXX
Verwendungszweck: Brendan Lea

Kontakt

Fragen und Anmeldungen bitte an
Klaus-Heinrich Peters
info@chenghsin.de
+49 (0)176 23223181

Unterkunft und Verpflegung

Im Haus stehen uns die große Trainingshalle, Küche, ein großer Aufenthaltsraum und noch mehrere kleine Räume zur Verfügung. Die Übernachtung im Dojo ist möglich. Bitte dazu einen eigenen Schlafsack, Isomatte und 10€ extra pro Nacht mitbringen. Die Küche ist voll ausgestattet und steht zur Benutzung frei.
Für alle, die sich auswärts verpflegen oder anderweitig unterkommen möchten, gibt es wegen der Nähe zu Reeperbahn und Landungsbrücken unzählige Hotels, Restaurants und Cafes in unmittelbarer Nähe zur Auswahl.





Hintergrund

Die "Principles of Effortless Power" wurden von Freikampf-Weltmeister Peter Ralston als Essenz seines Erfolges formuliert. Ralston entwickelte daraus im Laufe der 70er Jahre eine eigene Kampfkunst, die er "Cheng Hsin" nannte. Darin verschmelzen neue Ideen mit verschiedenen Elementen aus Tai Chi, Aikido und Judo zu einem neuen Ganzen.
Im Kontext radikaler Entspannung und bedingungslosen Nachgebens zeigen sich aber auch die traditionellen Kampfkünste in neuem Licht. Deshalb beeinflussen Ralstons "Prinzipien" auch umgekehrt die Praxis vieler Aikidokas, Judokas und Tai Chi-Spieler.
Brendan ist Ralstons Meisterschüler und vermag es wie kein Zweiter, den Spririt von Cheng Hsin in die nächste Generation zu tragen.