

Choy Lee Fut Kung Fu para niños y niñas

La iniciación temprana en niños y adolescentes del Choy Lee Fut Kung Fu despierta el placer por el movimiento, necesidad natural e indispensable en todo ser humano, permitiéndoles mejorar su salud, desarrollar al máximo su rendimiento físico, mental y social, crear hábitos de higiene individual y fomentar la amistad y la camaradería.

Las artes marciales chinas poseen ricos contenidos y una historia milenaria. Desde la antigüedad el pueblo chino las han practicado y utilizado como un medio para fortalecer la salud corporal, templar la voluntad, cultivar el temperamento, curar ciertas enfermedades y defenderse de la violencia a través del mejoramiento de la capacidad de lucha.

El Choy Lee Fut en particular tiene una tradición de más de 200 años desde que su fundador, Chan Heung, comenzara a la temprana edad de 7 años a aprender Kung Fu con su tío. Este hecho marco el inicio del estilo, que en la actualidad es uno de los sistemas de Kung Fu más practicados fuera de China.

Las clases son guiadas por profesores con experiencia en trabajo con niños, usando metodologías propias para la edad de los estudiantes. Las sesiones de trabajo son exclusivas para niños y niñas entre los 6 y los 12 años de edad, duran 1 hora, siendo recomendable realizarse 3 veces por semana. Para comenzar solo se necesita ropa de tipo deportiva, el apoyo de la familia y ganas de aprender.

Se enseñan ejercicios de respiración, flexibilidad, coordinación y destreza, rutinas tradicionales chinas de movimiento que permiten involucrarse en el arte marcial de una manera mas didáctica y la Danza del León, expresión popular del folklore chino que es mantenida de generación en generación por los sistemas tradicionales de Kung Fu, como es el Choy Lee Fut.

- Campamento de niños 2007
- Celebración Natalicio 2006 de Chang Heung
- Artículo sobre Choy Lee Fut para niños (Diario La Tercera, 19 de abril de 2002)