

# TRAGEN EINER SCHÄRPE

## EINE ALTE KUNG FU TRADITION



永武堂  
YONG WU ACADEMY

Beim Eintritt in die Yong Wu Academy bezieht die Schülerin oder der Schüler eine weisse Schärpe als Symbol des Novizen.

In Taiwan wird mit der Schärpe die Zugehörigkeit einer Schülerin oder eines Schülers zu ihrer Kung Fu Schule signalisiert. Jede Schule bzw. jede Kung Fu Familie hat ihre eigenen Farben. Die Yong Wu Academy verwendet insgesamt sechs Farben.

- |                       |   |         |
|-----------------------|---|---------|
| 1. Form Xiao Nian Tou | = | weiss   |
| 2. Form Xun Qiao      | = | grün    |
| 3. Form Biao Zhi      | = | blau    |
| 4. Form Holzpuppe     | = | braun   |
| 5. Form Langstock     | = | braun   |
| 6. Form Messer        | = | schwarz |
| Instruktor            | = | rot     |

### Tradition

In der Kung Fu Tradition wird unterschieden, auf welcher Seite die Schärpe gebunden wird. Grundsätzlich tragen alle Schülerinnen und Schüler den Knopf auf der Linken Seite.

Wird der Knopf auf der rechten Seite getragen, bedeutet dies, dass es sich um eine Schülerin oder eines Schülers des „Inneren Kreises“ handelt. Der „Innere Kreis“ bedeutet, dass die Schülerin oder der Schüler die Kung Fu Lehrerin oder Lehrer im Unterricht unterstützt und dafür Sorge trägt, dass die Werte und Regeln von den anderen Schülerinnen und Schülern, insbesondere von Anfängerinnen und Anfängern, eingehalten werden.

Neben den sozialen Aspekten hat die Kung Fu Schärpe auch einen körperlichen Vorteil. Da die Schärpe eine Länge von ca. 300 cm hat, wird sie mehrmals enganliegend um den Körper (Taille) gewickelt. Dadurch erhält der Rumpf, vor allem die Lendenwirbelsäule, mehr Stabilität.



1. Schriftzeichen links (die Länge des Anfangs richtet sich nach dem Körperumfang)



4. Einen zweiten Knoten binden, dabei nur eine Schlaufe ziehen



2. Die Schärpe wird eng um die Taille gewickelt (etwa 3 – 4 mal)



5. Die fertig gebundene Schärpe liegt eng am Körper an und die beiden Enden sollten etwa gleich lang sein.



3. Einen einfachen Knoten binden

Es kann durchaus sein, dass das korrekte Binden der Schärpe an Anfang etwas Schwierigkeiten bereitet, das sollte dann Zuhause ein paar mal geübt werden. So hält die Schärpe dann ein ganzes Training lang perfekt.

*Viel Spass beim Kung Fu*

*Training.  
Shifu Marcel Sauder*

**Yong Wu Academy GmbH**

Zürcherstrasse 270 • 8500 Frauenfeld  
Tel. 052 720 16 52  
info@yongwu.ch  
www.yongwu.ch