

PRESSEMITTEILUNG

Erster TA WingTsun Prüfungslehrgang exklusiv für Frauen schafft Raum für individuelles Lernen und Empowerment

Hamburg/Hannover, 17. Juni 2025: Ein ganz besonderes Ereignis fand am vergangenen Wochenende in der TA WingTsun Zentrale in Hannover statt: der erste Prüfungslehrgang exklusiv für Frauen. Mehrere Dutzend Teilnehmerinnen aus [Hamburg](#), Walsrode, Celle und vielen weiteren TA WingTsun Schulen nahmen an diesem einzigartigen Lehrgang teil und zeigten ihr Können.



Freudige Teilnehmerinnen nach einem intensiven Lehrgang mit der Lehrgangsleiterin Lady Sifu Anja Fischer

Geleitet wurde der Lehrgang von Lady Sifu Anja Fischer, die sich seit vielen Jahren mit großem Engagement für die Weiterentwicklung und Sichtbarkeit von Frauen im TA WingTsun einsetzt. Als Vorreiterin in der Frauensparte schafft sie immer wieder neue Räume, in denen Frauen Kampfkunst selbstbewusst, individuell und aus Sicht einer Frau erleben können. Der Lehrgang zeichnete sich durch eine konzentrierte und achtsame Atmosphäre aus, die von vielen Teilnehmerinnen als besonders angenehm und unterstützend beschrieben wurde. Trotz des offiziellen Prüfungsrahmens konnten die Frauen fokussiert arbeiten, viel mitnehmen und sich intensiv mit den Inhalten auseinandersetzen.

Gemeinsam stark - in fokussierter Atmosphäre wachsen

„Ich habe mich wohlgefühlt, es war konzentriert, aber nie hektisch. Wir hatten Zeit, Fragen zu stellen und wirklich zu verstehen, was wir tun“, beschreibt Eero aus Hamburg begeistert. „Ich habe neue Anwendungsmöglichkeiten in den mir bekannten Techniken kennengelernt und dabei auch mich selbst noch einmal auf eine andere Weise. Es ging nicht nur um Technik, sondern auch darum herauszufinden, was sich für mich persönlich stimmig und wirkungsvoll anfühlt“, erzählt sie rückblickend. Der Rahmen des Lehrgangs ermöglichte es vielen Frauen, sich frei und sicher zu fühlen, ihre Stärken zu zeigen und gleichzeitig Neues zu lernen. Die entspannte Grundstimmung, kombiniert mit der fachlichen Tiefe, wurde von vielen als sehr wertvoll empfunden.

Techniken individuell erleben - Empowerment im Fokus

Lady Sifu Anja freut sich über die Teilnahme der Schülerinnen an diesem besonderen Format und sieht in solchen Veranstaltungen eine wertvolle Ergänzung zum regulären Prüfungslehrgang. Dies zeigen auch die positiven Rückmeldungen, besonders eindrücklich brachte es Schülerin Anne Foerster aus Hamburg auf den Punkt: "Ich fühle mich daran erinnert und darin bestärkt, in meinen Bewegungen weich und geschmeidig zu bleiben, um mich effektiv gegen einen Gegner, der mir mit viel Härte entgegenkommt, zu verteidigen."

Gerade die Techniken einmal individuell als Frau zu erfahren, neue Ansätze zu entdecken und sie auf den eigenen Körper anzupassen, war für viele eine bereichernde und empowernde Erfahrung. Genau dafür gibt es auch die regelmäßige TA Frauenklasse, die solche Entwicklungsräume monatlich im Training bietet. Weitere Termine für frauenspezifische Lehrgänge sind bereits in Planung.

Über Hamburgs TA WingTsun Kampfkunstschulen

Bereits 2019 eröffnete [Dominik Fischer](#) Hamburgs erste TA WingTsun Kampfkunstschule auf dem Mundsburger Damm 26 in 22087 Hamburg. Mittlerweile trainieren mehr als 200 Mitglieder:innen in altersgerechten Gruppen, die Freude an der Bewegung und generell an Fitness zeigen sowie ihr Selbstbewusstsein stärken, ihre sportliche Effektivität und ihr Potential steigern wollen. TA WingTsun ist eine chinesische Kampfkunst basierend auf einem strikten, logisch durchdachten Selbstverteidigungssystem. Die TA WingTsun Kampfkunstschule gehört zum Dachverband WTI (WingTsun International), der primär Gewaltprävention und Selbstverteidigung fokussiert und wichtige gesellschaftliche Werte wie Integration, Toleranz, Inklusion und die Stärkung von Frauen vermittelt. Schulleiter Dominik Fischer, aktiver Kampfkünstler seit 2007, ist qualifizierter und ebenso passionierter TA WingTsun Lehrer, der seit dem 11.11.2023 den Titel „Sifu“ trägt, was „väterlicher Lehrer“ bedeutet. In dieser Rolle begleitet er Schüler:innen – von Kindern, über Jugendliche bis hin zu Erwachsenen – auf ihrem Weg in der Kampfkunst. Nicht nur in der eigenen Kampfkunstschule, sondern auch in Kindergärten, Schulen, Unternehmen und als Personaltrainer. Aufgrund der zunehmenden Nachfrage nach mehr Kursen in weiteren Stadtteilen Hamburgs steht seit April 2025 ein zweiter Hamburger Standort der TA WingTsun Kampfkunstschule in Niendorf im Niendorfer Kirchenweg 17, 22459 Hamburg, Tor und Tür für Kampfsportbegeisterte offen. Mehr Informationen finden Sie [hier](#).

Pressekontakt

Vivien Schlemminger

Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 040 307 501 56

E-Mail: presse@tawt-hh.com

Website: <https://www.lernekampfkunst.com>

Pressecenter: <https://lernekampfkunst.com/presse>

Adressen:

TA WingTsun Kampfkunstschule Hamburg Uhlenhorst

Mundsburger Damm 26

22087 Hamburg

TA WingTsun Kampfkunstschule Hamburg Niendorf

Niendorfer Kirchenweg 17

22459 Hamburg