



Deze vorm is één van de meest krachtige en ingewikkelde vechtsport stijlen. Praying Mantis Kung-fu, dateert van meer dan 4000 jaar geleden. De hand en armbewegingen die deze stijl kenmerkt, zijn ontwikkeld na zorgvuldige bestudering van de bewegingen van de bidsprinkhaan. Snelle bewegingen van handen en voeten maken het moeilijk voor de tegenstander.

GrootMeester Dr. Su Yu-Chang heeft ruim 50 jaar lang alle bekende Mantis stijlen bestudeerd, elementen geïntegreerd van "Seven Star", "Eight Step" en "Six Harmony Praying Mantis" waardoor het een compleet vechtsysteem is geworden.