

中国・九華山 **第1回中国国際健身気功交流競演大会** 2014年8月11日～15日
 世界40カ国の健身気功国際連合会・中国健身気功協会・日本精武会・日本気功療術師養成学院・全日本健身気功国際連盟

気功は、調心、調息、調身を通しての鍛錬で、自身の健康状況を改善し、人体の潜在能力を開発し、心身を高度の調和が取れたすばらしい状態にする技能です。気功は中国の秀でた伝統文化の重要な構成部分で、中医学の治療と養生理論、生命健康・長寿理論等を含んでいます。儒教、道教、仏教などでの精神修養や、超越した文化理念の追求も含んでいます。また人と自然、人と社会の合一調和を説く中国古代哲学思想と融合し合っています。現在、中国健身気功法は9個の功法で構成されています。易筋経、五禽戯、六字訣、八段錦、太極養生杖、十二段錦、馬王堆導引術、導引養生功十二法、大舞。

最高の健康旅～40カ国の健身気功愛好者と交流
世界遺産・黄山～長寿の霊山・九華山～上海杭

| | | コース | | | 宿泊 |
|------|----|--------------|-----------|-----------|--|
| | | ① | ② | ③ | |
| | | 気功・長寿・世界遺産 | 長寿不老 | 世界遺産 | |
| 8月 | | 9泊 | 4泊～ | 4泊～ | |
| 1日目 | 8 | 成田～上海～九華山 | | | 九華山の会議指定ホテル |
| 2日目 | 9 | 九華山観光 | 九華山観光 | | 締め切り：7月4日 定員10名 お問い合わせ：09029355813 秋山 |
| 3日目 | 10 | 健身気功大会審判員コース | | | |
| 4日目 | 11 | 競技会準備 | | 成田～上海～九華山 | |
| 5日目 | 12 | 競技会 | 自由 | 自由 | |
| 6日目 | 13 | 競技会・宴会 | | | |
| 7日目 | 14 | 段位申請 | 九華山～上海～成田 | 黄山観光 | |
| 8日目 | 15 | 黄山観光 | | | |
| 9日目 | 16 | 黄山観光 | | | |
| 10日目 | 17 | 黄山～上海～成田 | | 黄山～上海～成田 | |

内容： ①世界30カ国健身気功愛好者の表演・競技会 ②健康長寿の旅 地藏菩薩の霊場 ③世界遺産黄山
 ◆コース・時期： ①健身気功競技会・九華山・黄山全旅参加8月8-18日 ②九華山健康長寿・健身気功会の旅・地藏寺の修養観光8月8-11～15日 ③世界遺産黄山観光楽しみ8月11～14日-18日
 ◆旅行代金予算 ① 航空券・競技会参加費・食泊交通費（15万円～） ②航空券・食泊交通費・観光費（13.8万円～） ③世界遺産黄山旅 航空券・食泊交通費・観光費（13.8万円～）。自由コース参加（相談～）
 ◆九華山は、中国の仏教で言うところの聖地で、中国四大仏教名山（五台山、九華山、普陀山、峨眉山）の一つである。長寿の証拠、地藏菩薩の霊場とされる。世界遺産黄山の近所。
 ◆世界遺産黄山では“奇松・雲海・怪石”が織り成す幻想的な景観をご堪能！黄山山頂のホテルに宿泊！ さらに世界遺産宏村では、現存する数少ない中国伝統の民家建築群を散策！獅子峰、夢筆生花、黒虎松、始信峰の景観をお楽しみください、その後、光明頂、回音壁、飛來石を訪れます

