


China TCM-Studienreisen 2017


14. - 31. Oktober 2017

Datum	Programm	Foto
1. Tag (14.10.2017 Samstag)	Abflug von Berlin nach Beijing SU 2685 9:50/13:25 SU 202 15:55/04:30	
2.Tag (15.10.2017 Sonntag)	04:30Ankunft in Beijing, Nihao-Guten Tag. Herzlich Willkommen in China. Abgeholt von Ihrem Reiseführer und Transfer zum Hotel. Besichtigungsprogramm: Sommerpalast	
3. Tag (16.10.2017 Montag)	Das größte TCM Museum in China, Große Mauer bei Mutianyu Pass (Hier erleben wir einen der schönsten, besterhaltenen Abschnitte der Großen Mauer. Spaziergang auf der Mauer, die mit all ihren Mauerbauten länger als der Erdumfang ist und vom Weltall aus sichtbar) und Olympiastadium-Vogelnest	 
4. Tag (17.10.2017 Dienstag)	Der Kaiserpalast bot mit seinen 9999 Zimmern seit dem frühen 15.Jh. den chinesischen Kaisern eine geräumige und weitläufige Unterkunft. Spaziergang auf dem Tiananmen-Platz, mit 42ha einer der größten Plätze der Erde. Spazieren durch die <i>alte Stadt: Hutong</i> von Beijing. Tongrentang-alte Apotheke (300Jahre Alte) Bummeln durch Fussgangzone.	

		
<p>5. Tag (18.10.2017 Mittwoch)</p>	<p>Himmelstempel: der kaiserlichen Gebets und Opferstätte für eine gute Ernte, (Eine sehr gute Gelegenheit anzuschauen, wie die Chinesen Morgengymnastik machen) Fahrt mit Hochgeschwindigkeitszug nach Zhengzhou G503 14:38/17:42 Busfahrt zum Shaolin-Kloster übernachten im sehr einfachen Gasthaus (ohne Lift)</p> <p>Qigong Massagemöglichkeit: Anmeldung und Zahlung vor Ort.</p>	
<p>6.Tag (19.10.2017 Donnerstag)</p>	<p>9:00/11:30 und 16:00/18:00 Qi Gong und Meditation mit Shaolin GongfuMeister. Besichtigung mit den Shaolin Kloster (berühmteste buddhistische <u>Mönchsorden</u> in China) und Pagodenwald.</p> <p>Qigong Massagemöglichkeit: Anmeldung und Zahlung vor Ort.</p>	
<p>7. Tag (20.10.2017 Freitag)</p>	<p>9:30-11:30 Uhr Qi Gong und Meditation mit Shaolin GongfuMeister. Nachmittag Bergwanderung in dem Nationalnaturschutzgebiet, inclusive Seilbahnfahrt zum Gipfel, einen wunderschönen Panorama über den Heiligenberg-Shaoshi Shan Berg.</p>	

		
8. Tag (21.10.2017 Samstag)	9:00/11:00 Qigong und Meditation mit Shaolin Gongfu Meister. Busfahrt zum Luoyang-Bahnhof Fahrt mit Hochgeschwindigkeitszug von Luoyang nach Wuhan G842 14:58/17:42 Transfer zum Hotel	
9. Tag (22.10.2017 Sonntag)	Stadtbesichtigung: Yangtze Uferpromenade, Gelbekranich Turm, Buddhismus-Kloster (Guiyuan Si), Fussgehen durch die 1. Yangtze Bruecke (3 Kilometer) Provinzmuseum (gehört zu den sogenannten acht imposanten Museen Chinas außerhalb von Beijing, das provinzielle Institut der Kulturerbe und Archäologie)	
10. Tag (23.10.2017 Montag)	TCM und Akupunktur Binhu-Forum an der Hubei Universität der Chinesischen Medizin	
11. Tag (24.10.2017 Dienstag)	Praktikum und Seminar im TCM-Krankenhaus der Hubei Provinz, Uniklinik der Hubei Uni der Chinesischen Medizin	
12. Tag (25.10.2017 Mittwoch)	Fahrt von Wuhan nach Qichun,- die Heimatstadt für Dr. Li Shizhen. Dongfang Moxibustionausstellung In China wird die Moxibustion bei entsprechender Indikation als eine der <u>Akupunktur</u> gleichrangige Therapie geachtet. Der in westlichen Publikationen oft als Akupunktur verkürzt übersetzte Oberbegriff zhēn jiǔ umfasst neben der Nadel auch die Moxa und bedeutet so viel wie „Nadeln und Brennen“	

<p>13. Tag (26.10.2017 Donnerstag)</p>	<p>Seminar und akademische Kommunikation Besuchen Museum vom Li Shizhen (ein chinesischer Mediziner und Gelehrter der <u>Ming-Dynastie</u>. Er verfasste das Werk <u>Pen ts'ao kang mu</u>, Das Buch heilender Kräuter), Besichtigung: Moxibustion-Beifussplantage. den größten Chinesischen Medizinmarkt</p>	
<p>14. Tag (27.10.2017 Freitag)</p>	<p>Busfahrt nach Wuhan zurück und Fahrt mit Hochgeschwindigkeitszug nach Shanghai Lichtfahrt in Shanghai, Waitan (Bund, ist Bestandteil des <u>Stadtbezirks Huangpu</u>. Er besteht aus 52 Häusern unterschiedlichster Architekturstile und zählt zu einer der Haupttouristenattraktionen Shanghais), Lujiazui (Finanzzone in Pudong)</p>	
<p>15. Tag (28.10.2017 Samstag)</p>	<p>14. Shanghai International Qigong (eine <u>chinesische Meditations-, Konzentrations-</u> und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist) Symposium, Bericht über Qigong Sonderbericht vom Liu Jin: die klinischen Anwendungen von medizinischen Qigong in Deutschland</p>	
<p>16. Tag (29.10.2017 Sonntag)</p>	<p>Am Vormittag Qigongvorführung und Kommunikation Am Nachmittag Stadtbesichtigung: Yu Garten (gilt als eines der schönsten Beispiele der <u>Gartenkunst in China</u>), Altstadt und Jade-Buddha-Tempel (Die sitzende Buddhastatue ist 1,95 Meter hoch und wiegt 3 Tonnen. Die kleinere liegende Buddhastatue stellt Buddhas Tod dar. Im Tempel befindet sich außerdem noch eine größere liegende Buddhastatue aus Singapur, die oft mit der anderen Buddhastatue verwechselt wird.)</p>	
<p>17. Tag (30.10.2017 Montag)</p>	<p>Freizeit und Einkaufen. 21:00 Transfer zum Shanghai Pudong Flughafen</p>	

18. Tag (31.10.2017 Dienstag)	Flug nach Berlin zurück SU207:01:15/05:55 SU2684:08:20/09:05 9:05 Ankunft in Berlin	
-------------------------------------	--	---

Themen der Vorträge und Seminare:

Frau Professor Zhongyu ZHOU:

The Intervention of Traditional Chinese Medicine Therapy on Simple Obesity, Lecturer

Herr Prof. Dr. Fengjun QI:

The human physical traits dynamics changes and subhealth

Frau Prof. Jianhong WU:

Prävention durch TCM-Ernährung u. Gesundheit

Herr Prof. Qianxi Mai:

Anwendung der Moxibustion 灸法的应用

Frau Prof. Jin Liu:

Anwendung und Wirkung von medizinischen Qigong in der TCM

Preis: 2770 Euro/Pro Person, EZZ: + 600 Euro

Leistungen:

1. Internationale Flugtickets(SU): Berlin/Beijing, Shanghai/Berlin (Economic Klass)
2. 4-Sterne Hotel (inclusive Frühstück) in Beijing, Wuhan und Shanghai, 3-Sterne Hotel in Qichun und einfaches Gasthaus im Shanglin Kloster
3. Fahrkarten mit 1.Klasse: Beijing/Zhengzhou, Luoyang/Wuhan, Wuhan/Shanghai
4. Reisebegleitung in Deutsch von Beijing bis Shanghai
5. Eintritte laut Programm
6. Moderner Busservice
Fachliche Programme sowie Binhu Form, Besichtigung des TCM Krankenhauses in Wuhan, Seminar und akademische Kommunikation über Moxa in Qichun, Qigong und Meditation mit Shaolin Gongfu Meister.
14. Shanghai International Qigong Symposium,
7. Vollpension mit typischen verschiedenen chinesischen Küchen (keine Touristische Küche!!!)
8. Mineralwasser unterwegs im Bus.
9. Alkoholfreie Getränke beim Essen (Wasser, Cola und Tee)


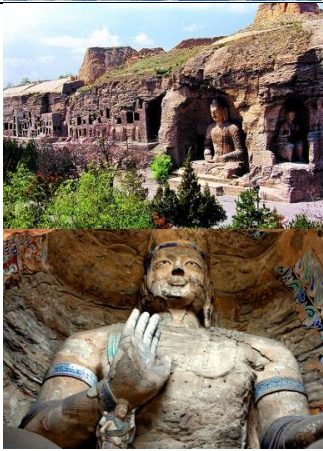
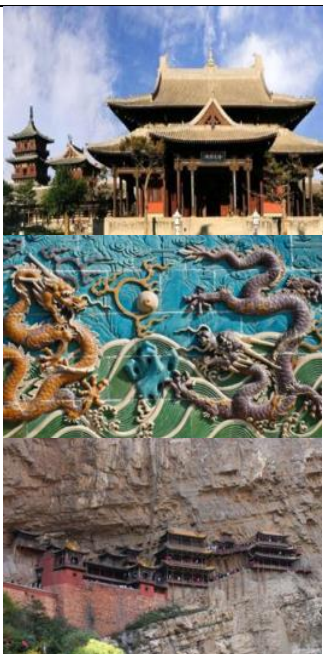
Nicht in Leistungen inbegriffen:








1. Chinavisum
2. Internationale Reiseversicherung
3. Trinkgeld für Reiseführer und Busfahrer
4. Alkoholische Getränke (Bier, Wein, Schnaps)

Anhang:




China TCM-Studienreisen 2017


14. - 31. Oktober 2017 für Begleitung

Datum	Programm	Foto
1. Tag (14.10.2017 Samstag)	Abflug von Berlin nach Beijing LH187 12:45-13:55 LH720 17:10-08:30+1	
2.Tag (15.10.2017 Sonntag)	08:30 Ankunft in Beijing, Weiterflug nach Datong. Datong ist eine bezirksfreie Stadt in der Provinz Shanxi und wurde während der Han-Dynastie gegründet. Abgeholt von Ihrem Reiseführer und Transfer zum Hotel Besichtigung: Die Yungang-Grotten. Sie sind frühe buddhistische Höhlentempel in Datong und sind ein herausragendes Beispiel chinesischer Steinmetzkunst aus der Frühzeit des <u>Buddhismus in China</u> . Insgesamt besteht die Gesamtanlage aus 252 Grotten und Nischen.	
3. Tag (16.10.2017 Montag)	Heute besuchen wir den Huayan-Tempel (Der Tempel wurde während Liao- und Jin-Dynastie erbaut und ist ein Tempel-Komplex.), Neun-Drachen-Wand (Die Wand ist eine Schattenmauer. Auf der 45,5 m langen, 8 m hohen und 2 m breiten Wand finden sich Darstellungen verschiedener Tiere, darunter neun Drachen. Drachen sind in China ein kaiserliches Symbol; die Zahl Neun dagegen verweist auf Langlebigkeit.) und das Haengendes Kloster (Es wurde im 6.Jahrhundert erbaut und wurde entlang den Konturen der Steilwand gebaut.)	

<p>4. Tag (17.10.2017 Dienstag)</p>	<p>Fahrt mit dem Bus von Datong nach Pingyao Spaziergang in der Altstadt von Pingyao. Die Geschichte der Stadt selbst lässt sich bis in die Zeit vom 9. zum 8. vorchristlichen Jahrhundert zurückverfolgen. Pingyao besitzt heute die längste vollständig erhaltene mingzeitliche Stadtmauer Chinas. Übernachten im Altstadtzentrum</p>	
<p>5. Tag (18.10.2017 Mittwoch)</p>	<p>Vormittag Freizeit in der Altstadt von Pingyao. Sie können Ihnen das lokale Leben fühlen und die alten chinesischen Baustil bewundern. Nachmittag besichtigen wir die Residenz der Familie Wang. Die Residenz wurde in der Ming-Dynastie gebaut und zeichnet sich durch wunderschöne Architektur. Sie wurde als das beste Familienhaus Chinas gekürt. Hier wurden auch mehrere Filme gedreht.</p>	 
<p>6.Tag (19.10.2017 Donnerstag)</p>	<p>Fahrt mit dem Bus nach Taiyuan zurück und Weiterfahrt mit Hochgeschwindigkeitszug nach Zhengzhou G1954 12:26-16:13 Busfahrt zum Shaolin-Kloster Übernachten im sehr einfachen Gästehaus (ohne Lift) Qi Gong und Meditation mit Shaolin GongfuMeister. Besichtigung mit den Shaolin Kloster (berühmteste buddhistische <u>Mönchsorden</u> in China) und Pagodenwald.</p>	 
<p>7. Tag (20.10.2017 Freitag)</p>	<p>9:30-11:30 Uhr Qi Gong und Meditation mit Shaolin GongfuMeister. Nachmittag Bergwanderung in dem Nationalnaturschutzgebiet, inclusive Seilbahnfahrt zum Gipfel, einen wunderschönen Panorama über den Heiligenberg-Shaoshi Shan Berg.</p>	 

<p>8. Tag (21.10.2017 Samstag)</p>	<p>9:30-11:30 Uhr Qi Gong und Meditation mit Shaolin GongfuMeister.</p>	
<p>9. Tag (22.10.2017 Sonntag)</p>	<p>Busfahrt nach Zhengzhou, Flug nach Gelben Berge MU5396 10:30-15:25 Transfer zum Hotel Es gehört zu den fünf berühmtesten Gebirgen Chinas und ist der Idealtyp, wie ihn chinesische Maler seit Jahrhunderten darstellen: steil aufragende Felsen mit bizarren Formen, im Fels wachsende, knorrige Kiefern und Wolkenmeere.</p>	
<p>10. Tag (23.10.2017 Montag)</p>	<p>Wanderung auf Gelben Berge In dieser Landschaft mit teilweise senkrecht abfallenden Berghängen sind die Wanderwege extrem gut ausgebaut; die Wege bestehen im Wesentlichen aus breiten Betontreppen. Diese Treppen werden auch von Lastenträgern genutzt, die die Berghotels mit Lebensmitteln und anderen Waren.</p>	
<p>11. Tag (24.10.2017 Dienstag)</p>	<p>Besichtigen Sie das Hongcun-Dorf. Das Dorf ist schon über 860 Jahre alt. Der UNESCO bezeichnet es als "das erste Dorf der Welt". Die 180 alten Wohnhäuser aus der Ming- und Qing-Zeit in diesem Dorf sind alle Ziegel- und Holzbauten mit reichem und profundem kulturellem Inhalt. Seit geraumer Zeit bestehen die zuständigen Abteilungen darauf, nach einem langfristigen Plan für den Schutz historischer Denkmäler die Infrastruktur des Dorfes umzugestalten.</p>	
<p>12. Tag (25.10.2017 Mittwoch)</p>	<p>Busfahrt nach Hangzhou, die Hauptstadt der Provinz Zhejiang. Besuchen wir Teeplantage. Hangzhou ist in China Teeanbaugebiet bekannt. Der berühmteste Grüntee Chinas, der Drachenbrunntee, wird hier angebaut.</p>	
<p>13. Tag (26.10.2017 Donnerstag)</p>	<p>Besichtigung: Westsee. Wenn der chinesische Spruch "Oben ist der Himmel unten sind Suzhou und Hangzhou" genannt wird, ist automatisch die Landschaft um den Westsee gemeint. In der südlichen Song-Dynastie wurden erstmals zehn malerische Orte und Szenen am See unter dem Begriff „Zehn Szenerien des Westsees“ zusammengefasst.</p>	

<p>14. Tag (27.10.2017 Freitag)</p>	<p>Busfahrt nach Suzhou. Weil die Stadt von Kanälen durchzogen ist, wird sie auch Venedig des Ostens genannt. Besuchen wir den Zhuozheng-Garten, der Garten der anspruchlosen Amtsperson. Er ist der größte klassische Garten Suzhous und einer der vier bekanntesten Gärten Chinas. Und der Huqiu-Shan (Tigerhügel) ist ein beliebtes Touristenziel, da er für seine natürliche Schönheit, genauso wie seine historische Bedeutung bekannt ist. Der Hügel trägt seinen Namen, weil er aussehen soll wie ein lauernder <u>Tiger</u>.</p>	
<p>15. Tag (28.10.2017 Samstag)</p>	<p>Busfahrt nach Shanghai. Lichtfahrt in Shanghai, Waitan (Bund, ist Bestandteil des <u>Stadtbezirks Huangpu</u>. Er besteht aus 52 Häusern unterschiedlichster Architekturstile und zählt zu einer der Haupttouristenattraktionen Shanghais) Der Jin Mao Tower ist ein 88 Stockwerke umfassender Wolkenkratzer im Finanzviertel Pudong. Die Fahrt mit dem Aufzug bis zum Aussichtsdeck dauert 46 Sekunden; die Geschwindigkeit liegt bei 9 Metern pro Sekunde.</p>	
<p>16. Tag (29.10.2017 Sonntag)</p>	<p>Stadtbesichtigung: Yu Garten (gilt als eines der schönsten Beispiele der <u>Gartenkunst in China</u>), Altstadt und Jade-Buddha-Tempel (Die sitzende Buddhastatue ist 1,95 Meter hoch und wiegt 3 Tonnen. Die kleinere liegende Buddhastatue stellt Buddhas Tod dar. Im Tempel befindet sich außerdem noch eine größere liegende Buddhastatue aus Singapur, die oft mit der anderen Buddhastatue verwechselt wird.)</p>	
<p>17. Tag (30.10.2017 Montag)</p>	<p>Freizeit in Shanghai, 20:00 Fahrt zum Flughafen mit dem Transrapid Flug nach Berlin zurück LH727 23:45-05:10+1</p>	

<p>18. Tag (31.10.2017 Dienstag)</p>	<p>LH2030 07:00-08:10 08:10 Ankunft in Berlin</p>	
--	---	---