



国际健身气功联合会

INTERNATIONAL HEALTH QIGONG FEDERATION

国际健身气功师（初级）招生简章

一、国际健身气功师项目简介



国际健身气功·七修学院

International Health Qigong · Qi Xiu Academy



二〇一六年十二月

为不断满足健身气功的国际发展需要，由国际健身气功联合会主办，全球第一家国际健身气功·七修学院承办的第一期国际健身气功师（初级）培养项目正式启动。

该项目旨在通过规范化、标准化和专业化的办学模式，培养具有德高、理明、技精、多能的基本素养，系统掌握健身气功相关理论与技术，并具备健身气功教育教学、个性化保健调理、身心健康管理及国际间文化传播等能力的国际健身气功专业人才。以期推动健身气功事业的进一步发展，传承优秀的中华传统养生智慧，最终造福全世界人民的身心健康。

二、国际健身气功师培训简介

国际健身气功师分为初级、中级、高级三个级别。国际健身气功联合会是国际健身气功师的唯一权威认证机构，将主要依托国际健身气功学院开展师资培养项目。国际健身气功联合会计划于2018年1月13日-22日和2018年7月在河北廊坊国际健身气功七修学院正式开办。

详细内容请参考国际健身气功联合会官网 <http://www.ihqfo.org/>

三、课程设置

国际健身气功师（初级）课程分为面授和自修两种形式。整个课程分为必修和选修两类模式，采用 6+1 课程模块形式。

必修课程

1. 健身气功功理、功法模块。明于理，方能游于艺；理明，方能艺精。

核心课程包括《健身气功功理与功法》，共计 40 学时；

2. 教学教法模块。认识、探索、改造...把精神实体简化为思维，把物质实体简化为广延。

核心课程包括《健身气功教学法》，共计 16 学时。

3. 中华传统医学模块。感知“天人合一”思想，传承气功精髓。

核心课程包括《中医基础理论与健身气功》《经络腧穴学与健身气功》

《中医气功学与健身气功》，共计 32 学时；

4. 中华优秀传统文化哲学模块。感受哲学意蕴，感悟功法智慧。

核心课程包括道家、儒家、佛家等各家学说，共计 32 学时；

5. 诸家学说模块。读诸子百家的异彩纷呈，筑健身气功的精神支柱。

核心课程包括《诸家学说与健身气功》，共计 8 学时；

6. 中国传统功法模块。内练意气劲力，运太极阴阳；外练拳势招式，显气势神态。

核心课程《太极拳》，共计 16 学时。

选修课程

中国传统文化模块。体验身心双修，是修行，更是一种健康的生活方式。

包括食修、书修、乐修三类课程，课程三选二。共计 16 学时。

四、报名条件

（一）国内外从事健身气功事业的专业人员及气功爱好者；

(二) 具备基本的职业道德修养，已取得健身气功三段资格。

满足上述条件者，既可以直接向国际气联报名，也可以向就近的国际气联会员单位了解团体报名的相关政策。

五、培训时间及地点

培训时间（本次培训分为两个时段进行）：

第一时段：2018年1月13日-2018年1月22日；

第二时段时间暂定为2018年7月份。

培训地址：七修学院位于七修酒店内，酒店地址为河北省廊坊市经济技术开发区友谊路新绎七修酒店。

六、学费

3000 美元/人。

七、报名缴费方式与报到须知

户名：国际健身气功联合会

银行账号：0200008109200136595（美元）

开户银行：中国工商银行北京体育馆路支行

Account Name: International Health Qigong Federation

Account Number: 0200008109200136595（USD）

Bank Name: Beijing Gymnasium Road Branch of ICBC

注：（1）汇款成功，即为报名成功。请于汇款同时将您的如下信息以邮件形式准确发送至邮箱：学员姓名；性别；出生年月；工作单位；职务/职称；联系电话；是否需要发票、如需要，请告诉发票抬头；

（2）报到时请准备身份证明材料原件、复印件以及两张一寸照片（照片背面务必写上

姓名)。

八、证书颁发

学习期满，经考核合格，由国际健身气功联合会颁发《国际健身气功师(初级)》证书。

九、相关咨询

报名期间有任何问题请发送邮件至 qixiuacademy@ihqfo.org 我们会尽快给您满意的答复。

附：一、国际健身气功师(初级)介绍及标准

二、各门课程名称及学时分配

三、食宿说明

附件一：国际健身气功师（初级）标准

国际健身气功师（初级）是指具备良好的健身气功职业道德素养，熟练掌握与运用健身气功功理、功法技术，初步掌握健身气功相关学科基本理论知识，并能将理论与实践相结合，具备较强的教学实践技能的国际健身气功专业人才。

具体标准主要包括如下内容：

- 1) 具备良好的健身气功职业道德修养；
- 2) 理解并掌握健身气功的功理；
- 3) 理解并掌握健身气功的功法；
- 4) 初步理解并掌握健身气功医学类基础学科的基本理论知识，如《中医基础理论》、《经络腧穴学》、《中医气功学》等；
- 5) 初步理解并掌握中华传统文化哲学类基础学科的基本理论知识，主要包括道、儒、释、诸家等的经典著作，如《道德经》、《中庸》、《心经》等；
- 6) 初步理解并掌握诸家经典著作基本知识，主要包括《抱朴子内篇》、《养性延命录》等；
- 7) 能够初步运用医学类、文化哲学类及诸家学说等的基本理论，诠释健身气功的养生文化理念及其健身养生、修身养性机理；
- 8) 具备基本的健身气功教学实践能力，如能够独立完成教学课的设计，教学文件的制定，课堂教学的组织，比赛交流组织与评判等；
- 9) 初步了解太极拳的基本理论，掌握基本功法技术；了解食修、书修和乐修的基本理论知识，初步掌握基本的操作方法。

附件二：各门课程名称及学时分配

表1 国际健身气功师（初级）面授课程及学时分配

序号	课程名称	课时安排（160学时）
1	《健身气功功理与功法》（初）	40
2	《健身气功教学法》	16
3	《中医基础理论与健身气功》	16
4	《经络腧穴学与健身气功》	8
5	《中医气功学与健身气功》	8
6	《道家文化与健身气功》（初）	16
7	《儒家文化与健身气功》（初）	8
8	《佛家文化与健身气功》（初）	8
9	《诸家学说与健身气功》（初）	8
10	《太极拳》	16
11	*食修	8
12	*书修	8
13	*乐修	8
合计		160

注明：带“*”课程为选修课，课程三选二。

表2 国际健身气功师（初级）自修课程及学时分配

序号	课程名称	课时（160学时）
1	《健身气功功理》（初级）	12

2	《健身气功功法》 (易筋经/五禽戏/六字诀/八段锦)	16
3	《养性延命录》	6
4	《中医基础理论》	16
5	《经络腧穴学》	16
6	《中医气功学》	16
7	《道德经·第一至四十章》	16
8	《抱朴子内篇》	8
9	《大学》	6
10	《中庸》	6
11	《心经》	6
12	《金刚经》	6
13	《清静经》	6
14	《吕祖百字碑》	6
15	太极拳理论与方法	10
16	*食修基本知识	4
17	*书修基本知识	4
18	*乐修基本知识	4

注明：带“*”课程为选修课，课程三选二。

附件三：食宿说明

为了更全面的满足国际气功师培训的需求，现在食宿方面精心准备了有两套贴心的选择：

贴心选择一：新绎七修酒店——在学习的同时体验原汁原味的中国传统建筑与美食。

这里有新中式汉唐风格的建筑和徽派建筑的完美结合，这里有独特的七修养生理念，在食、宿、赏、购和文化修习中，让宾客收获精神与身体上的健康体验，并探索“最中国”的七修生活方式与现代生活的结合之道。



你心动了吗？赶快找到我们吧！想了解更多请点击 <http://www.qixiu.com/>

1、地址：河北省廊坊市开发区友谊路西侧新绎七修酒店（会展中心东门北行 200 米）

2、机场出发路线

路线一：从首都机场至廊坊新绎七修酒店，全程约 80 公里，用时约 1 小时 35 分，全程费用打车约 250 元，拼车约 70 元。

路线二：机场快线——2 号线东直门站——宣武门站换乘 4 号线至北京南站（高铁）——廊坊站——乘坐 35 路公交至会展中心站，北行 500 米即到。用时约 2 小时 30 分钟，全程费用 62 元。

食宿费用预算

1、房间安排：

入住时间	房间类型	房间数量	门市价	优惠价格	总计
2018 年 1 月 13 日-22 日	七修高级大床房	待定	1699 元/间晚	500 元/间晚	5000 元/人/10 间晚
2018 年 1 月 13 日-22 日	七修高级标准间	待定	1699 元/间晚	500 元/间晚	2500 元/人/10 间晚

备注：按床位含早

2、用餐安排：

用餐时间	用餐地点	用餐形式	用餐人数	人均标准(以实际发生为准)	总计
2018年1月13日-22日	大排档	桌餐	待定	60元/人/餐	1200元/人/10天
2018年1月13日-22日	宴会厅	自助餐	待定	88元/人/餐	1760元/人/10天

备注：自助餐含软饮，不含酒水。桌餐不含软饮及酒水。酒水可自带；
如涉及演出及活动，需要根据宴会厅大小收取场地设备费；

贴心选择二：新奥大学——在现代简洁大方，安静的环境下专心学习，一心拜师学艺。

这里不只是住宿，更有图书，健身，休闲相伴，在简洁舒适的学习环境中感受家的温馨与惬意。（温馨提示：前来入住的客人请携带好个人日常洗漱用品和身份证等有效证件哦！有疑问请拨打 0316-2597439）



看着品种繁多，色香味型俱佳的饭菜你是否心动了呢？



如果你想加入我们就快通过以下信息找到我们吧！

1、 培训地址：河北省廊坊市开发区新源东道新奥工业园区新奥大学

2、 机场出发路线

路线一：从首都机场至廊坊市开发区新源东道新奥工业园区新奥大学，全程约 80 公里，用时约 1 小时 35 分，全程费用打车约 250 元，拼车约 70 元。

路线二：机场快线——2 号线东直门站——宣武门站换乘 4 号线至北京南站（高铁）——廊坊站——乘坐公交 35 路至广阳区妇幼站转 17 路公交至新奥科技园下车/打车至新奥科技园。用时约 2 小时 30 分钟，全程费用约 92 元。

食宿费用预算

1. 房间安排:

入住时间	项目	房间类型	房间数量	价格	总计
2018年1月13日-22日	大学住宿	标间	待定	90元/人晚	900元/人/10晚
2018年1月13日-22日		四人间	待定	50元/人晚	500元/人/10晚
请入住客人持有效身份证办理入住手续并交付押金					

2. 用餐安排

用餐时间	项目	用餐地点	用餐形式	价格	总计
2018年1月13日-22日	大学餐饮	员工食堂	工作餐	约40元/人/3餐	400元/人/10天