



国际健身气功联合会

INTERNATIONAL HEALTH QIGONG FEDERATION

2022 年“一带一路”健身气功民心通大讲堂

邀请函

国际气联会员协会及相关社团组织：

为促进健身气功国际化发展，满足广大健身气功爱好者的学习需求，发挥健身气功在服务人类健康和共享幸福生活等方面的积极作用，国际健身气功联合会与中国健身气功协会决定，仍将于 2022 年组织举办“一带一路”健身气功民心通大讲堂，内容包括文化讲座、功法培训、交流沙龙、征文活动等版块活动。

今年的大讲堂在广泛听取意见基础上，活动内容和举办形式得到了进一步优化和升级。相信，每一位健身气功爱好者都能够在这里找到归属感和幸福感。愿我们携起手来一路同行，让健身气功为全人类的健康与进步作出更大贡献。

期待与您在大讲堂相见！



国际健身气功联合会



中国健身气功协会

2022 年 3 月 28 日

2022 年“一带一路”健身气功民心通大讲堂 通 知

一、活动名称

2022 年“一带一路”健身气功民心通大讲堂。

二、活动时间

2022 年 4 月 23 日至 11 月 26 日。

三、组织架构

（一）主办方

国际健身气功联合会；

中国健身气功协会。

（二）承办方

中国郑州大学；

中国河南省健身气功协会。

（三）协办方

北京龙采体育集团。

四、活动地点

（一）线上：国际气联官网“一带一路”专题栏目；

（二）线下：郑州大学。

五、参与人员

“一带一路”沿线及相关国家和地区的健身气功爱好者和习练者。

六、活动内容

（一）开幕式

4月23日（周六）16:00-16:30（北京时间）举行大讲堂开幕式。开幕式后16:30-18:00（北京时间）举办首期大讲堂文化讲座，主题为《“气”与中国语言文化》。

（二）文化讲座

将重点围绕健身气功·八段锦的源流、特点、功理和功效等方面内容，从广度和深度理论阐释八段锦的内涵和外延。讲座共举办八期。继4月23日首期讲座之后，其它讲座时间和内容安排如下：

1. 第二期讲座主题为《健身气功·八段锦千年历程》，于5月20日（周五）16:30-18:00（北京时间）进行；
2. 第三期讲座主题为《健身气功·八段锦功理与功法》，于6月17日（周五）16:30-18:00（北京时间）进行；
3. 第四期讲座主题为《健身气功·八段锦中医原理》，于7月8日（周五）16:30-18:00（北京时间）进行；
4. 第五期讲座主题为《健身气功·八段锦练功要领》，于7月29日（周五）16:30-18:00（北京时间）进行；
5. 第六期讲座主题为《健身气功·八段锦习练效果》，于8月19日（周五）16:30-18:00（北京时间）进行；
6. 第七期讲座主题为《健身气功·八段锦养生实践》，于9月9日（周五）16:30-18:00（北京时间）进行；
7. 第八期讲座主题为《健身气功·八段锦练功境界》，

于9月30日（周五）16:30-18:00（北京时间）进行。

（三）功法培训

组织健身气功·八段锦8次功法培训课，时间安排分别为5月13日（周五）、6月10日（周五）、7月1日（周五）、7月22日（周五）、8月12日（周五）、9月2日（周五）、9月23日（周五）、10月14日（周五）。其中，7月22日和10月14日为教学答疑。每次教学时间均安排在16:30-17:30（北京时间）进行。当日培训结束后，参与者可以在国际气联官网专栏回看。

（四）民心通交流沙龙

决定于5月7日（周六）、5月28日（周六）、6月25日（周六）、7月16日（周六）、8月6日（周六）、8月27日（周六）、9月17日（周六）、10月8日（周六）共组织8场健康与友谊国际沙龙。每场沙龙时间均安排在16:30-18:00（北京时间）进行。届时，将以“健身气功—健康与友谊”为主题，每期邀请2-3个协会组织负责人或当地推广骨干与广大健身气功爱好者见面、互动和交流。

（五）主题征文

1. 以“八段锦”为主题，自4月至10月开展征文活动。文章要求从接触健身气功·八段锦的真实感受出发，讲述学习或教学八段锦的感想体会、典型经验、良好效果，介绍发生在自己或身边关于八段锦的感人故事，提出自己和朋友们学习与传播八段锦的美好愿景以及推动八段锦国际化发展

的建议。

2. 征文须于 10 月 31 日前报送至“一带一路”指定邮箱 users@ihqfo.org。主题征文经初审后，在“一带一路”专题栏目上登载，并对部分作品在相关媒体上推荐发表。所有征文作者均获得健康与友谊奖。

（六）闭幕式

闭幕式于 11 月 5 日（周六）16:30-18:30 举行。由主办单位总结和回顾大讲堂活动历程并播放花絮；授课专家和学员代表发表学习感言；征文作者代表讲述“八段锦”主题故事；沙龙主持人代表介绍“一带一路”健身气功民心通交流成果和发展愿景。

七、联系方式

（一）中国健身气功协会/国际健身气功联合会

联系人：王建军；吴志鹏

电 话：0086（10）67051231/87187160

邮 箱：users@ihqfo.org

（二）郑州大学

联系人：司红玉；马凯婷

电 话：0086（371）67730188/1307268973

邮 箱：users@ihqfo.org

附件：“健康与友谊”主题征文报送表

“健康与友谊”主题征文报送表

姓 名		性 别		年 龄	
国家/地区		所属组织			
联系电话		联系邮箱			
征文名称					
作者简介					
作品简介					
<p>征文作者需签字确认如下内容：</p> <p>1. 参赛作品不予退还，请作者自留底稿；</p> <p>2. 主办方可用于指定媒体上展播及刊载；</p> <p>3. 作品须由确保是参赛者本人参与主要创作。</p> <p>4. 主办方保留对征文活动的最终解释权。</p> <p>作者签名：_____</p> <p>报送日期：_____</p>					