

# 第 19 届国际陈式混元太极拳和内功交流会

2017 年 8 月 9-16 日

由国内外享有“内功王”盛誉的王凤鸣院长主持教学 2013 年入选“非物质文化遗产传承人”

## 一，陈式混元太极拳 83 式

8 月 10 日-14 日 9 : 00-11 : 00

1. 动作校正
2. 内功提高
3. 拆招技击

## 二，太极推手技击

8 月 10 日-14 日 11 : 00-12 : 00

1. 左中右八法套路和技击
2. 推手 5 种方法
3. 各种太极劲应用

## 三，太极内功修炼 8 月 10-14 日 3 : 00-5 : 30

1. 太极缠丝功
2. 内丹功 ( 提高二 )
3. 太极棒尺内功(提高三)

## 四，段位考试和培训 8 月 12-13 日 19 : 00-20:30

## 五，黄山旅游 8 月 15 日 6 : 00

报到 : 8 月 9 日 19 : 00-21 : 00

联系电话 : 86-18518629872

邮箱 : [worldtaiji1@gmail.com](mailto:worldtaiji1@gmail.com) 网址: [www.worldtaiji.com](http://www.worldtaiji.com)

黄山天都国际饭店 : 安徽黄山市屯溪区天都大道 5 号

举办单位 : 内功王国际太极拳学院

