

# 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