



### Zur Vorbereitung

Innen Nährendes Qigong - Neiyanggong,  
Liu Yafei, Elsevier Verlag, 2. Aufl. München 2015

Lehr-Filme zum Neiyanggong:  
4 DVDs zu bestellen bei [www.avrecord.de](http://www.avrecord.de)

Zeitschrift für Qigong Yangsheng,  
speziell folgende Jahrgänge:  
2006, 2007, 2009, 2012, 2014 und 2016



### Leitung

Martha Bank

### Übersetzung

Prof. Dr. Wang Min, Germanist, Universität  
Nanjing

Chen Sager, Diplom-Übersetzerin

Alle Fragen, die Sie zu unserer Studienreise  
noch haben, beantworten wir gerne in einem  
persönlichen Gespräch:

Martha Bank: [bank.martha@freenet.de](mailto:bank.martha@freenet.de)

Tel: 0221-5507776

**Anmeldung** bitte nur schriftlich mit einer  
**Kopie des gültigen Reisepasses**  
**(gültig bis 6 Monate nach Reiseende)**

Medizinische Gesellschaft für  
Qigong Yangsheng e.V.  
Colmantstr. 9, 53115 Bonn  
Tel.: 0228-696004  
[www.qigong-yangsheng.de](http://www.qigong-yangsheng.de)  
[info@qigong-yangsheng.de](mailto:info@qigong-yangsheng.de)

Bankverbindung: Postbank  
IBAN DE96 3701 0050 0417 9805 09  
BIC PBNKDEFF

## Studienreise nach China

in die Qigong-Klinik Beidaihe und  
nach Beijing



**16. – 30. Mai 2026**



Medizinische Gesellschaft  
für Qigong Yangsheng e.V.

### Aufenthalt in Beidaihe

Der Schwerpunkt der Reise ist ein Aufenthalt in der Qigong-Klinik Beidaihe unter Leitung der TCM-Ärztin Dr. Liu Yafei und beinhaltet das Erlernen und Wiederholen der Methoden des Neiyanggong. Vorgesehen für die erste Woche ist die erste Sequenz der Mittelstufe, für die zweite Woche die zweite Sequenz. Parallel werden Ruheübungen und Selbstmassage-Techniken vermittelt (Grundstufe).

Frau Dr. Liu Yafei leitet das Seminar, andere Dozenten der Klinik werden ebenfalls unterrichten.

Geplant sind außerdem Ausflüge zu den kulturellen Sehenswürdigkeiten der Umgebung von Beidaihe (z.B. zu einem Park mit buddhistischen Tempeln und zum Anfang der Chinesischen Mauer am Gelben Meer). Beidaihe kann auch selbständig erkundet werden.

Die Klinik Beidaihe, der das Ausbildungszentrum für Qigong und Taijiquan angegliedert ist, liegt an einem Sandstrand am Gelben Meer in der Provinz Hebei, drei Busstunden östlich von Beijing. Es wird dort seit 60 Jahre mit Methoden der Chinesischen Medizin behandelt, wobei ein besonderer Schwerpunkt in der Anwendung des Qigong liegt.

Frau Dr. Liu Yafei, Chefärztin der Klinik i.R., unterrichtet seit vielen Jahren die Methode "Neiyanggong" im Rahmen des Fortbildungsprogramms der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng.

### Aufenthalt in Beijing

Den Abschluss der Reise bildet ein fachliches und kulturelles Programm mit folgenden Schwerpunkten:

Bedeutung der drei großen Lehren Daoismus, Konfuzianismus und Buddhismus für die chinesische Yangsheng-Kultur mit Besuch ihrer Kulturstätten, wie z.B. Lamatempel, Konfuzius-Haus, Kaiserpalast, Himmelstempel, Weiße Wolken Tempel und dem Besuch des Museums für Traditionelle Chinesische Medizin.

Lebenspflege (Yangsheng) in Musik und Dichtung erleben wir beim Besuch eines Qin-Konzertes.

Wir besuchen einen Park, in dem früh morgens Taijiquan und Qigong geübt werden.

(Änderungen dieses Programms sind möglich).

### Reiseplan

16. Mai: Abflug Frankfurt

17. Mai: Ankunft in Beijing, Transfer nach Beidaihe

17. - 27. Mai: Aufenthalt in Beidaihe, Unterricht in Neiyanggong

27. Mai: Busfahrt nach Beijing

27. - 29. Mai: kulturelles Programm in Beijing

30. Mai: Rückflug nach Frankfurt und Ankunft

### Übernachtungen

In Beidaihe übernachten wir in Zimmern der Klinik, jeweils mit eigenem Bad und WC.

In Beijing übernachten wir in einem Mittelklassehotel mit eigenem Bad und WC.

### Das Wetter

Wir fahren in einer schönen Reisezeit, im Frühling. In Beidaihe kann es gelegentlich, besonders zu Beginn unseres Aufenthaltes, noch etwas kühl und feucht sein, während es in Beijing bereits warm bis heiß ist.

### Reisekosten

€ 4.100,- im Doppelzimmer/ pro Person  
Rabatt für Frühbuchende vor dem  
01.01.2026: € 3.900,-

Einzelzimmerzuschlag: € 450,-

Der Reisepreis umfasst Hin- und Rückflug, alle Transfers in China, Übernachtungen, Eintrittsgelder, Studiengebühren und Vollverpflegung außer Getränken.

### Stornokosten

bis 90 Tage vor Reiseantritt: 30 %  
bis 30 Tage vor Reiseantritt: 50 %  
bis 10 Tage vor Reiseantritt: 70 %  
ab 9 Tage vor Reiseantritt: 90 %

Wir empfehlen eine

Reiserücktrittsversicherung.

Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen.