

Reisedaten

Hinflug ab Frankfurt am 16.10.2026, 14:15 Uhr
Ankunft Chengdu am 17.10.2026, 6:20 Uhr
Rückflug ab Shanghai am 31.10.2026, 11:10 Uhr
Ankunft Frankfurt am 31.10.2026, 16:40 Uhr

Reisekosten

Seit 5/2026 arbeiten wir mit Moser-Reisen, einem auch in Asienreisen sehr erfahrenen Reisebüro aus Linz, zusammen.

Pauschalpreis: 5.065,00 €
Inkl. Flughafentaxen und Gebühren dzt.: 520,00 €
(vorbehaltlich Treibstoffpreisschwankungen)
EZ-Aufpreis: 620,00 €
Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen

Der Reisepreis umfasst: Hin- und Rückflug, alle Flug-, Bahn- und Busreisen in China, alle Transfers und Übernachtungen in 4*Hotels, Vollverpflegung, Eintrittsgelder und Studiengebühren.

Nicht inklusiv:
DB-Bahnanschlussfahrten

Stornogebühren

bei Reiserücktritt bis:

bis 95	Tage vor Reiseantritt:	20%
bis 30	Tage vor Reiseantritt:	35%
bis 15	Tage vor Reiseantritt:	50%
bis 2	Tage vor Reiseantritt:	90%
ab 1	Tag vor Reiseantritt:	100%

Zahlungen: vgl. Moser-Reisen-Angebot!

Eine Reiserücktrittsversicherung sowie eine Auslands-
krankenversicherung werden empfohlen.
Alle Preise vorbehaltlich extremer Wechselkurs-
schwankungen.
Ein Visum ist aktuell bis 30 Tage nicht notwendig.

Reiseleitung und Ansprechpartner

Die Reise wird von
Annette Singer, Fachärztin
für Allgemeinmedizin, Traditi-
onelle Chinesische Medizin,
und Frau Yan Yan Bao
begleitet. Außerdem steht
uns in China ein gut deutsch-
sprechender, zusätzlicher
Reiseleiter zur Verfügung.

Alle Fragen, die Sie zu unse-
rer Studienreise haben, be-
antworten wir gerne in ei-
nem persönlichen Gespräch:

Annette Singer
Tel.: 0049-160-5544581
annette.singer@hotmail.de

**Medizinischen Gesellschaft
für Qigong Yangsheng**
Büro: Annette Löhr
Tel.: 0228-696004
info@qigong-yangsheng.de



Anmeldung

Bitte melden Sie sich **schriftlich** bis zum **17.07.2026** bei
**der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng
e.V. und bei MOSER-Reisen (vgl. 2. Info-Blatt)** an und
fügen Sie bitte eine Kopie Ihres **gültigen Reisepasses**
(mindestens noch 6 Monate nach der Reise gültig) bei.



**Medizinische Gesellschaft
für Qigong Yangsheng e.V.**

Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.
Colmantstraße 9, 53115 Bonn
Tel: 0228-696004, Fax: - 696006
info@qigong-yangsheng.de, www.qigong-yangsheng.de



**Medizinische Gesellschaft
für Qigong Yangsheng e.V.**

**Studienreise
China**



**Zu den Wurzeln des Yangsheng
Studienreise nach China
16. – 31. Oktober 2026**

Qigong im chinesischen Alltag
Künste in der Tradition des Yangsheng
Kalligraphie, Musik, Dichtung
Daoistische Berge, daoistische und
buddhistische Tempelanlagen

Die Stationen dieser Reise sind
Chengdu, Hangzhou,
Shanghai

Die Reise

Die Studienreise im Jahr 2026 wird folgende Schwerpunkte haben: Daoistische und buddhistische Traditionen des Yangsheng und Qigong, Qigong im chinesischen Alltag und in heilkundlicher Anwendung, Bedeutung der Traditionen des Yangsheng (Pflege des Lebens) im Alltag und in der Kunst – Dichtung, Musik, Malerei, Kalligraphie. Die Stationen der Reise sind:

Chengdu

In Chengdu besuchen wir daoistische Tempel, wie den Zhizhen Tempel unter der Leitung des Abtes Li Hechun, und die Akademie der daoistischen Künste. Vorträge führen uns ein in die daoistische und buddhistische Kultur, Philosophie und Religion sowie in deren Verbindungen zum Yangsheng. Tee-Zeremonien und Kalligraphie- Erklärungen sowie -Übungen ergänzen die Tage.



Exkursionen führen zu den archäologischen Funden in Sanxingdui aus dem 12. Jh. v. Chr., dem 2300 Jahre alten Bewässerungssystem Dujiangyan und den daoistischen Bergen Qingchengshan. In der Strohütte des Du Fu (712-720) lauschen wir Gedichten dieses berühmten Dichters der Tang-Zeit (618-907). Einen Einblick in die vielfältige Musiktradition Chinas erhalten wir in einem Konzert im Haus des Musikers und Musikwissenschaftlers Prof. Tang Zhongliu.

Hangzhou

In Hangzhou, berühmt für die Schönheit des Westsees, haben bedeutende Persönlichkeiten zur Tradition des Yangsheng beigetragen. Wir besuchen den Tempel des Alchemisten und Daoisten Ge Hong (280-340), des Meisters, der die Schlichtheit umarmt. Auf den nach ihnen benannten Deichen des Westsees werden Gedichte und Gedanken zur Pflege des Lebens von Bai Juyi (722-846) aus der Tang-Zeit und Su Dongpo (1037-1101) aus der Song-Zeit vorgetragen, die mit Humor und Scharfsinn ihre Sichtweisen auf das Leben vermitteln.

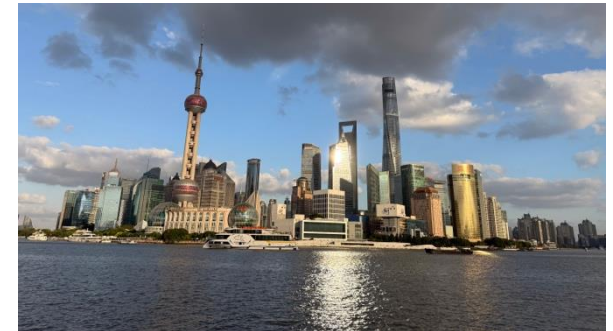


Zur Geschichte der Medizin Chinas besuchen wir die Huqing Yutang Apotheke, an die sich ein Museum für Traditionelle Chinesische Medizin anschließt. Im Landschaftsgarten mit Bergen, Parks und Klöstern, der den Westsee umgibt, besichtigen wir die Leifeng-Pagode und das China National Tee Museum.



Shanghai

In der großen Stadt am Huangpu-Fluss besuchen wir den geschichtsträchtigen Bund, wo sich am frühen Morgen die Vielfalt von Übungsgewohnheiten, alten und neuen Qigong-Methoden, zeigt. Ein Blick über den Fluss macht mit der Moderne und ihren phantasiereichen Hochbauten in Pudong vertraut.



Besuche im Yu-Garten aus der Ming-Zeit, in einem Teehaus, im Stadtgott-Tempel und im Jadebuddha-Tempel stehen auf dem Programm.



Tradition und Moderne verknüpfen sich bei Besuchen im Jüdischen Museum (20 000 Jüdische Flüchtlinge fanden während des 2. Weltkrieges Hilfe in Shanghai) und im 2024 eröffneten Shanghai Museum East: Antike Bronzen, zarte Schönheit klassischer Keramik, Geschichten einer über tausende von Jahren entwickelten Kultur.