

# Chinareise 2009

geplanter Abreisetermin = Donnerstag, der 21.05.2009

## Nächster Reisettermin

(geplanter Zeitraum 14 -16 Tage = abhängig von Flugtermin) 21.Mai bis 7.Juni

### Reiseverlauf:

1. Tag: Abflug Frankfurt/Main nach Shanghai
2. Tag: Shanghai Taxi nach Fenghua; Unterbringung im Hotel "Fenghua"; Besichtigung der Altstadt.
3. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Tai Chi im Stadtpark mit Tai Chi Meisterin  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
9:00 - 14:00Uhr, Kultur- Ausflug nach XIKOU - Heimat von Jiang Jiesi  
15:00 - 17:00Uhr, Akupunktur & Moxa, Praxis Hu Nan Quan  
18:00 - 20:00Uhr, Abendessen  
20:00 - 22:00Uhr, Kultur- Musikveranstaltung
4. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Tai Chi im Stadtpark mit Tai Chi Meisterin  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
10:00 - 12:00Uhr, Tai Chi Akademie Fanghua  
12:00 - 14:00Uhr, Mittagpause  
14:00 - 18:00Uhr, Tuina Massage  
18:00 - 20:00Uhr, Abendessen
5. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Qi Gong im Stadtpark mit Fredy & Qi Gong Meister  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
9:00 - 12:00Uhr, Kalligraphie – Unterricht  
12:00 - 14:00Uhr, Mittagpause  
14:00 - 16:00Uhr, Akupunktur, Praxis Hu Nan Quan  
16:00 - 18:00Uhr, Ausflug zum Bhudda – Tempel  
19:00 - 21:00Uhr, Abendessen
6. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Tai Chi im Stadtpark mit Tai Chi Meisterin  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
9:00 - 15:00Uhr, Ausflug in die XUEDOU – Berge zum Gold- Buddha  
18:00 – 20:00Uhr, Abendessen
7. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Tai Chi im Stadtpark mit Tai Chi Meisterin  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
9:00 - 12:00Uhr, Tai Chi Waffenform – Schwert  
12:00 - 14:00Uhr, Mittagpause  
14:00 – 19:00Uhr, Besuch der heißen Quellen, Massage  
19:00 – 21:00Uhr, Abendessen
8. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Tai Chi im Stadtpark mit Tai Chi Meisterin  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
9:00 - 12:00Uhr, Reise zu der "Insel PUTO"  
12:00 - 14:00Uhr, Hotel Einchecken und Mittagpause

14:00 - 18:00Uhr, Inselausflug, Strand und Baden  
18:00 – 20:00Uhr, Abendessen

9. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Qi Gong  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
9:00 - 12:00Uhr, Inselbesichtigung und Besuch der weisen Gua Yin  
12:00 - 14:00Uhr, Mittagpause  
ca. 15:00Uhr Rückreise nach Fanghua  
18:00 – 20:00 Abendessen
10. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Tai Chi im Stadtpark mit Tai Chi Meisterin  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
9:00 - 12:00Uhr, Tai Chi Waffenform – Schwert, Fächer  
12:00 - 14:00Uhr, Mittagpause  
14:00 - 15:00Uhr, Akupunktur, Praxis Hu Nan Quan  
15:00 - 19:00Uhr, Tuina Massage  
19:00 - 21:00Uhr Abendessen
11. Tag: 6:00 - 8:00Uhr, Tai Chi im Stadtpark mit Tai Chi Meisterin  
8:00 - 9:00Uhr, Frühstück  
ca. 9:00Uhr, Abreise nach Hang Zhou (Venedig von China)  
12:00 - 14:00Uhr Mittagessen  
14:00 - 18:00Uhr Besichtigung der Altstadt und Einkaufsmöglichkeiten  
18:00 - 19:00Uhr Abendessen  
19:00 - 21:00Uhr musikalische Wasserspiele am Westsee
12. Tag: 7:00 - 8:00Uhr, Frühstück  
8:00 - 17:00Uhr, Besichtigungen, Westsee, Pagode, LINYIN- Tempel  
18:00 - 19:00Uhr, Abendessen  
19:00 - 22:00Uhr, historische chinesische Altstadt bei Nacht
13. Tag: 7:00 - 8:00Uhr, Frühstück  
ca. 8:00Uhr, Abreise nach Shanghai  
10:00 - 12:00Uhr, Stadtrundfahrt in Shanghai  
12:00 - 14:00Uhr, Unterbringung Hotel und Mittagessen  
14:00 - 18:00Uhr, Stadtführung und Einkaufsmöglichkeit  
18:00 - 19:00Uhr, Abendessen  
19:00 - 23:00Uhr, kulturelles Abendprogramm
14. Tag: 7:00 - 8:00Uhr, Frühstück  
bis ca. 3 Stunden vor Abflug freies Programm in Shanghai  
Abend Rückreise von Shanghai nach Frankfurt
15. Tag: Ankunft in Frankfurt

- Flug und Transfers
- Hotel in Fanghua
- Unterricht an der chinesischen Tai Chi- Akademie Fanghua
- **Reisekosten ca. 2500Euro (Flugpreisabhängig)**
- zzgl. Visakosten ca. 50 €

Anmeldungen zu der Reise bitte bis spätestens Mitte Februar 2009