



INCONTRO CON LA SUA TRADIZIONE

# INCINA2016

CINA  
2016

BEIJING  
HANDAN  
SHAOLIN  
LUYANG  
WUDANG  
HANGZHOU  
SHANGHAI



## Ponte tra due culture millenarie

### Iscrizione e ulteriori informazioni

#### Iscrizione:

- **Prenotazione** e primo acconto di EUR 1.300,00 entro il 25 aprile 2016.
- Inviare una copia del passaporto (pagine con foto, nome/cognome, data di nascita e validità del passaporto)
- la validità del passaporto deve essere di almeno 6 mesi oltre la data di rientro dal viaggio.

**Pagamento:** Il conto bancario verrà comunicato al ricevimento dell'iscrizione.

#### **Nota bene:**

Il programma può subire modifiche nello sviluppo dell'itinerario, mantenendo inalterato i contenuti dello stesso. In base al tempo dell'escursione, il pasto potrà essere fornito in cestino preparato dall'albergo da consumare in viaggio.



**gli spostamenti**





## Informazioni

**Data: 4 - 19 agosto (oppure 8 - 23 agosto) 2016**

Costo : 3.960,00 €  
 Supplemento singola: 940,00 € s.v

### La quota comprende:

- Viaggio aereo A/R e trasporti interni in Cina (pullman, treni).
- Sistemazione in camera doppia in alberghi 4 stelle o quanto di meglio offre il luogo.
- Trattamento di pensione completa dove previsto dal programma, pasti cinesi (bevande escluse)
- La franchigia bagaglio di 20 - 23 kg. a bordo degli aerei.

### La quota non comprende:

- Visto, iscrizione, assicurazione, tasse aeroportuali.
- quota mance.
- supplemento per differenza costi carburanti.
- extra personali e tutto ciò che non è specificato nella voce "la quota comprende".

**Prenotazione :** via mail ( taiji@bluewin.ch)

**Primo acconto:** € 1'300,00 entro il 25 Aprile 2016

**secondo rata:** € 1'320,00 entro il 25 Maggio 2016

**Saldo di** € 1'340,00 entro il 25 Giugno 2016

### Contatti per info e pagamenti:

**Taiji Akademie Yong Nian**

Tel: 0041[0]44 821 33 71

Cell. CH: 0041[0]79 752 93 05

Cell. IT: 0039 347 5862487 - 347 7226925

mail: taiji@bluewin.ch

## **“Incontro con la tradizione” Viaggio in Cina 2016**

**Data di viaggio da confermare:  
 4 - 19 agosto (oppure 8 - 23 agosto) 2016  
 (16 giorni )**

**Nota:** Le date di partenza e rientro possono variare nell'intervallo indicato per motivi organizzativi.  
 Le quotazioni dei voli, sono soggette a riconferma al momento delle prenotazioni.

Si consiglia, quindi, di effettuare le prenotazioni entro la data del 25/4/2016,  
 è possibile eventualmente prenotarsi anche successivamente alla data indicata, con una maggiorazione del  
 prezzo dovuto all'aumento del costo dei voli.

**Città visitate: Beijing / Yongnian / Shaolin / Luyang  
 Wudang / Hangzhou / Shanghai**

**Il viaggio in dettaglio ed i consigli utili  
 saranno inviati al ricevimento dell'iscrizione**

## Il Viaggio:

### Beijing - 2 giorni

Beijing - Con una superficie di 16.800 Km<sup>2</sup> ed una popolazione di circa 20 milioni di abitanti è una delle più grandi città del mondo. Capitale della Repubblica Popolare Cinese è il centro culturale, amministrativo e politico di questa grande nazione.

Fulcro dei grandi avvenimenti sociali e culturali che hanno caratterizzato la vita della Cina imperiale e contemporanea, Pechino è ricchissima di monumenti e luoghi di grande interesse storico ed artistico: il Palazzo Imperiale fatto costruire da Yong Le della dinastia dei Ming a partire dal 1421; Tian'anmen, dove si recavano annualmente gli imperatori ad officiare riti propiziatori per il benessere dell'impero; il Parco Beihai è un giardino imperiale di Pechino. Pechino è anche il punto di partenza per un'escursione alla Grande Muraglia, in uno dei tratti meglio conservati a Nord ovest nei pressi di Badaling oppure Mutianyu.

### Handan Yong Nian - 2 giorni

Piccolo centro rurale a pochi chilometri di Handan, Yongnian è la città natale del Taiji stile Yang. La contea è sempre più meta di pellegrinaggio dei praticanti di Taiji, da tutto il mondo. Circondata da un fiume artificiale, la città è conosciuta come la culla della scuola Yang creata da Yang Luchan durante il regno dell'Imperatore Daoguang (Imperatore da 1820 - 1850). Qui sarà possibile visitare la casa di Yang Chengfu, oggi un museo con il suo cortile protetto da alte mura, dove il giovane Fu Zhongwen venne iniziato ai segreti del Taiji Yang. Sempre a Yongnian sarà possibile visitare la tomba del M° Fu Zhongwen ed il mausoleo eretto in suo onore. Pratteremo insieme per rendere omaggio ai nostri Maestri fondatori.

### Shaolin - 1 giorno

Zhengzhou è la capitale e la città più grande della Provincia Henan in Cina Centrale. Considerato un centro politico, economico, tecnico e un nodo di trasporto della Provincia di Henan. Situata sulla riva meridionale della riva del Fiume Giallo, Zhengzhou è anche una delle Otto Capitali Antiche della Cina. parti delle mura della città Shang, costruita 3,600 anni fa, rimangono ancora a Zhengzhou. Zhengzhou mantiene il suo patrimonio culturale che riflette la sua storia gloriosa e la cultura della Provincia Hennan.

Shaolin, culla della civiltà cinese, ha un profondo significato storico ed è ricca di siti storici e attrazioni classiche. L'attrazione più famosa è il Monte Song, anche perché il Tempio Shaolin si trova su questa montagna.

Le persone provenienti da tutto il mondo sono interessati al Kungfu Cinese, e il film "Kong-fu panda" è molto popolare. Il tempio, nascosto dalle foreste di pagode, cela antichi segreti e monaci guerrieri. Potremo assistere ad uno spettacolo dei monaci Shaolin.







### Luoyang - 2 giorni

Luoyang è una città di dimensione media nella Provincia di Henan della Cina Centrale. Durante la Cina antica Luoyang era il posto dove erano soliti ritrovarsi i poeti, per questo la città ha sempre goduto della fama di "Capitale della Poesia". Durante il mese di aprile la città si riempie del profumo dei fiori di peonia i quali le hanno altresì meritato il titolo di "Capitale dei Fiori". Luoyang si trova nella parte orientale del continente euroasiatico e ha una posizione centrale in Cina, lungo il corso intermedio del Fiume Giallo di cui ne occupa due sponde. Storicamente è stata la prima capitale del paese, nonché uno degli ingressi alla Via della Seta. Luoyang è ricca di siti storici e culturali. Le Grotte di Longmen sono uno dei tre più famosi monumenti rupestri della Cina e contengono un tesoro unico in sculture di pietra ed iscrizioni nella roccia, sono considerate Patrimonio Mondiale dell'UNESCO. Il Tempio del Cavallo Bianco è considerato il primo tempio buddhista ad essere costruito in Cina ed è quindi rappresentativo della nascita del buddhismo in terra cinese.

### Wudangshan - 3 giorni

Wudang - La superficie del Wudangshan, dopo la dinastia Qinhan è diventata prefettura con il nome di Wudang. Alla fine della dinastia Donghan, Wudangshan è diventata montagna sacra del taoismo. La sua vetta principale, lo Tianzhufung, è alta ben 1612 metri. Nel periodo dei Ming furono necessari 12 anni per completare una grandiosa opera d'architettura. Essa consiste di 8 palazzi, 2 osservatori astronomici, 36 saloni, 72 templi di pietra, 39 ponti e 42 padiglioni di grande splendore. Nel Wudangshan, alla fine della dinastia dei Song del Nord, un uomo di nome Zhang Sanfeng creò il Wudangquan, un' arte marziale famosa quanto lo Shaolin dei monaci buddisti.

Per chi viaggia è certamente una meta da non perdere. Come da non perdere è la pratica del Taiji fatta in questo luogo sospeso tra le nebbie del mattino e affacciato su dirupi e picchi che spuntano dalle nuvole.

### Hangzhou - 2 giorni

Hangzhou è la capitale della provincia di Zhejiang e il centro politico, economico e culturale locale. Nonostante l'approccio alla città di Hangzhou possa apparire molto deludente, a causa dei casermoni operai anneriti dal tempo che campeggiano in periferia, nel cuore dell'abitato brillano alcune meraviglie: lo splendido **Lago Occidentale** ed i suoi dintorni verdeggianti. Amato dagli Imperatori e fonte di ispirazione per i poeti, per secoli il lago ha alimentato l'immaginazione dei cinesi, con le sue rive fiancheggiate da **fiori di loto**, salici, le **antiche pagode** e le colline immerse nella nebbia che sono state più volte riprese nei classici acquarelli cinesi. Gli altri confini della metropoli sono determinati dal Fiume Qiantang a sud e dalle colline ad ovest. Passeggiando lungo la strada rialzata in riva al lago sentirete l'ethos silenziosa della città e capirete meglio la sua fama consacrata dal tempo come 'Paradiso in terra'.

### Shanghai - 2 giorni

Shanghai è situata presso la foce meridionale del fiume Chang Jiang (Yangtze). Il fiume Huanpu attraversa la città. Shanghai è una delle antiche città culturali della Cina e una metropoli internazionale. E' famosa per essere un centro economico e finanziario. Con 23 milioni di abitanti è la città più moderna, elegante e raffinata della Cina.

Anche oggi a più di 50 anni dalla rivoluzione, Shanghai mantiene intatta, per le vie del centro e sul Bund (il famoso lungo fiume), quell'atmosfera da "belle époque" di inizio secolo, mentre strade sopraelevate, grattacieli di vetro la proiettano verso il futuro.