

Reseprogram 13-27 November 2015

Följ med till Peking och Hainan tillsammans med Grand Master Fan Xiulan en unik "all inclusive" resa i qigongens hemland

Dag 1,

Avresa med flyg från Stockholm/Arlanda ca kl 18.20 Måltider och film ombord.

Dag 2,

Ankomst till Peking ca kl 09:40 på morgonen. En buss möter och tar oss till hotellet och sen vidare till Xiangshanparken, där vi ska träna qigong och göra utflykt till Biyuntemplet (som har givit metoden dess namn). Alla måltider ingår under vistelsen i Peking.

- Besök på Biyuntemplet.
- Qi Gongträning vid templet.

Dag 3,

- Frukost på hotellet.
- Transfer till flygplatsen.
- Fortsatt flygresan till Hainan ca kl 12.50. Lunch på flyget. Ankomst ca kl 16.40.
- Transfer till hotell HNA Resort Sanya. Vi installerar oss på hotellet. Middag på hotellet.



Dag 4 till 12, i HAINAN

Under dessa dagar ägnar vi totalt 2 heldagar åt studier av qigong och kinesisk medicin för Grand Master Fan Xiulan. (ett flertal utflykter, se nedan)

Dessa dagar ingår frukost, lunch och middag.

Dag 4,

- Qi Gongträning på morgonen.
- Vi har en introduktion, lär känna hotellet och dess omgivning, tränar, badar och vilar.

Dag 5,

- Qi Gongträning på morgonen, Halvdagskurs med Fan Xiulan.
- Sol och bad under eftermiddagen.
- Massage/fri tid på eftermiddagen. *



Dag 6,

- Qi Gongträning på morgonen, Halvdagskurs med Fan Xiulan.

Dag 7,

- Qi Gongträning på morgonen, Halvdagskurs med Fan Xiulan.
- Sol och bad under eftermiddagen.
- Utflykt till stan. *

Dag 8,

- Qi Gongträning på morgonen, Halvdagskurs med Fan Xiulan.
- Massage/fri tid på eftermiddagen. *
- Kvällsutflykt till hamnkrog.



Dag 9,

- Qi Gongträning på morgonen, sol och bad under förmiddagen.
- Besök på TKM-sjukhus i stan.
- Massage/fri tid på eftermiddagen. *

Dag 10,

- Besök på Nanshangparken med dess tempel och berömda Guanyin-statyer.
- Massage/fri tid på eftermiddagen. *

Dag 11,

- Qi Gongträning på morgonen, sol och bad under dagen.

Dag 12,

- Qi Gongträning på morgonen, sol och bad under dagen.

Dag 13, i PEKING

- Qi Gongträning på morgonen, sol och bad under dagen.
- Transfer till flygplatsen.
- Flyg tillbaka till Peking ca kl 12.55 och ankomst ca kl 16.45.
- Resa till vårt hotell i Peking.

Dag 14,

- Qi Gongträning på morgonen.
- Vi besöker ”silkesvaruhuset” samt shoppingmetropolen ”vackra vattnets gränd”.
- Avskedsmiddag.

Dag 15,

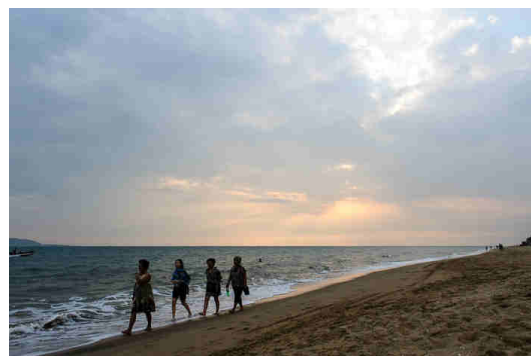
Frukost på hotellet.

Vi säger adjö till Kina för den här gången och bussen tar oss till flygplatsen, där vi går på Air Chinas flyg med återresa kl 13:50 och anländer till Stockholm/Arlanda ca kl 16.30 samma dag.

Resans pris

9 395 SEK + 13 900 Kinesiska Yuan. 9 395 kr betalar du till GrandTours för din flygbiljett etc. 13 900 Yuan omräknat till svenska kr betalas till Biyunakademin för vidarebefodran till den kinesiska resebyrån. (**vid minst 20 personer**) per person, del i dubbelrum.

OBS! Vid behov kan del av resekostnaden avbetalas med delbetalningar efter resan.



För anmälan och ytterligare information, hör av Dig till Göran Jakobsson snarast möjligt gärna via e-mail eller lämna ett meddelande på telefonsvararen.
OBS! Begränsat antal deltagare.

Välkommen att kontakta oss!

Kinaresa Nov 2015

Kontaktperson:

Göran Jakobsson 070-712 24 64

e-post goran.jakobsson@biyun.se

Biyunakademin 08-526 94 111.

Med reservation för eventuella ändringar.

(Vi förbehåller oss rätten att göra programändringar vid behov.)

