

東方氣功針灸中心 東方文化學院

太極內功推拿師養成訓練初級班課程

四月十九日 * 週六		
■ 課程一	上午09:00	太極導引氣功 (一)
■ 課程二	上午10:00	內功推拿
12:00		午餐
■ 課程三	下午01:30	現代中醫觀
■ 課程四	下午02:00	譚式療法簡介
■ 課程五	下午03:00	認識頸椎
■ 課程六	下午03:30	頸椎推拿
■ 實習一	下午04:00	內功推拿實習
■ 實習二	下午05:30	頸椎推拿實習
06:30		晚餐
■ 實習三	晚上07:30	集體氣功理療：滋腎陰、清虛火、安神、好睡
■ 實習四	晚上08:00	義診：個別氣功治療
10:00		就寢
四月廿日 * 週日		
■ 實習五	上午07:30	集體氣功理療：滋養上呼吸道
08:00		早餐
■ 課程七	上午09:00	太極導引氣功 (二)
■ 課程八	下午10:00	認識胸椎
■ 課程九	下午10:30	胸椎推拿
■ 課程十	下午11:00	認識腰椎
■ 課程十一	下午11:30	腰椎推拿
12:00		午餐
■ 課程十二	下午01:30	認識骶椎
■ 課程十三	下午02:00	骶椎推拿
■ 課程十四	下午02:30	常見疾病探討
■ 實習六	下午03:30	胸椎推拿實習
■ 實習七	下午04:30	腰椎推拿實習
■ 實習八	下午05:30	骶椎推拿實習
下午06:30		頒發結業證書

注意事項：

- 請穿寬鬆衣褲，以方便簡單運動。
- 接受內功推拿後，務必於三小時之內沖洗熱水澡，並將推拿部位沖至皮膚泛紅，以加速體內毒素排出，此為內功推拿治療的必要程序，切記勿忘。
- 為方便能在有效時間內沖洗熱水澡，建議當晚住宿，這樣效果會較佳。
- 每人請攜帶大毛巾一條，以方便相互推拿實習之需。
- 太極內功推拿師養成訓練進階班定於6月28・29日開班，預定請早。

報名請洽：

