

# 国家体育总局健身气功管理中心

---

气功字〔2023〕95号

## 体育总局气功中心关于举办全国健身气功九种体质运动处方培训班的通知

中医体质分九种，每种体质各有不同特点，辨别体质而针对性开展锻炼，有助于提升健身养生效果。为认真贯彻落实党的二十大精神，持续推动健身气功体医融合高质量发展，满足群众对健康生活的美好追求，体育总局气功中心定于7月中旬举办2023年全国健身气功九种体质运动处方培训班。现将有关事项通知如下。

### 一、活动名称

中国健身气功运动处方学堂

—2023年全国健身气功九种体质运动处方培训班。

### 二、主办单位

国家体育总局健身气功管理中心。

### 三、承办单位

南京上真健康服务有限公司。

### 四、培训时间

2023年7月11至13日。

### 五、培训形式

网络教学，拟采用腾讯会议网络平台组织教学。

---

## 六、培训对象

- (一) 体质失衡者和亚健康人群。
- (二) 民族传统体育、运动康复、运动人体科学和医学、中医学、康复治疗等在校师生或相关从业者。
- (三) 健身养生、康养保健、养老等机构从业人员。
- (四) 健身气功社会体育指导员、习练者和爱好者等。

## 七、培训内容

- (一) 教学偏颇体质健身气功运动处方的动作操作和导引按摩法。
- (二) 讲解偏颇体质的评估方法和健身气功运动处方干预的特点、适用人群、干预原理等理论。
- (三) 介绍偏颇体质健身气功运动处方的锻炼要点、注意事项，以及自我锻炼方案的设计与调整等。具体安排详见附件。

## 八、授课专家

吴云川：南京中医药大学针灸推拿学院教授，硕士研究生导师。国家体育总局健身气功精英计划培养对象，健身气功七段，中国医学气功学会气功教育专业委员会副主任委员，世界中医药联合会中医手法专业委员会副会长，中国民族医药学会推拿学分会副会长，中华中医药学会推拿专业委员会常务委员，中国康复医学会推拿与康复技术专业委员会常务委员。主要从事健身气功运动处方开发和临床应用研究，主持编创九种体质健身气功运动处方。

徐 颢：九种体质健身气功运动处方主创专家。南京中

医药大学教师、主治医师，曾入选中国健身气功国家队、获得四届全国健身气功冠军和两届世界健身气功冠军，国家级健身气功社会体育指导员。主要从事健身气功教学和临床应用研究。

韦庆波：九种体质健身气功运动处方主创专家。南京中医药大学教师、医学博士，健身气功一级裁判员，曾获中国健身气功科学论坛优秀论文一等奖，多次带队参加江苏省高校健身气功等比赛并获得优异成绩。

王宇航：九种体质健身气功运动处方主创专家。南京中医药大学教师、医学博士。参编《中医气功学》《中医养生大成》等教材和著作，参与多项体育总局气功中心健身气功科技攻关项目。

## 九、颁发证书

培训结束后，学员按要求在限定期内提交运动处方主方动作的演练视频且能基本规范演练者，由国家体育总局健身气功管理中心颁发培训证书。

## 十、培训费用

（一）本期培训费为 900 元/人。

（二）凡持有 2022 年和 2023 年体育总局气功中心运动处方培训证书者和在 2023 年 7 月 6 日（含）前报名参加本期培训的学员，均可享受本次培训费用（900 元/人）的 8 折优惠，即 720 元/人。

## 十一、报名方式

（一）请通过扫码方式缴纳培训费。缴纳费用时，请务

必备注姓名、手机号码等信息；享受优惠的往期学员请同时备注参加以往运动处方培训班名称，如“2023 脊椎平衡方”“2023 降压方”或“2022 九种体质方”等，以便工作人员审核。



(二) 报名截止日期为 2023 年 7 月 10 日。逾期报名，原则上概不受理。

## 十二、其他事项

(一) 参加培训的学员，请报名成功后及时向咨询联系人提供相关信息开具发票等。

(二) 凡报名参加并取得培训证书的学员，将优先优惠参加今后举办的健身气功运动处方师资班培训活动。

(三) 本期培训班也将继“降压方”“脊椎平衡方”等之后，纳入未来申报健身气功运动处方师考量条件。

(四) 报名成功的学员须按要求通过问卷星提交姓名、身份证号、联系电话、地址等个人信息，以便留存备查和证书联网查询。

## 十三、咨询联系

倪 斌 13605174599 (微信同号)

陈哲炜 13336718918 (微信同号)

吴霞 19981211344 (微信同号)

附件：全国健身气功九种体质运动处方培训班课程

