

# 2025中国功夫&竞赛武术夏令营

## 少林寺夏令营 06/09-06/21

本次夏令营将在少林寺及周边多个经典场地进行，包括少林寺山门、塔林、武术馆以及山林实战训练场，提供沉浸式功夫体验。

### 训练内容

- ✔ 禅修 - 体验少林禅宗文化，修炼身心
- ✔ 传统拳术 - 学习少林基本拳法及实战应用
- ✔ 传统器械 - 棍术、刀法、枪法等经典武术训练
- ✔ 少林气功 - 感受内家功夫的独特魅力
- ✔ 格斗与推拿 - 提高实战能力，学习传统中医疗理

### ◆ 段位训练

### ◆ 禅弓、禅修、禅茶体验

### ◆ 分级训练（初级/中级/高级）

## 杭州师范大学。 06/22-07/01

完成少林寺夏令营后，学员将前往杭州师范大学，与武术系专业队员共同训练，体验竞赛武术的竞技魅力。课程由国际教育学院与体育大学联合主办，内容包括：

- ✔ 竞赛武术技术训练
- ✔ 中文学习等
- ✔ 杭州及周边文化观光游览



欢迎报名2025年中国少林寺夏令营及杭州师范大学竞赛武术夏令营，深入体验少林传统功夫与竞赛武术的独特魅力！

此外，您还将有幸参加嵩山少林寺功德碑落成仪式，见证这一重要历史时刻。仪式将持续三天，期间。您将深入体验少林文化

### 📣 报名须知

- ◆ 少林寺夏令营（06/09-06/21）：1300美元（含课程、食宿、交通）夏令营限额20人（不包含美国至中国来回机票）
- ◆ 杭州师范大学武术夏令营（06/22-07/01）：只需300美元交通费用（所有课程、吃住旅游武术课程学习等全部免费）
- ◆ 杭州师范大学武术夏令营仅限12-18岁学员报名，且需完成少林寺夏令营后方可参加
- ◆ 杭州师范大学夏令营限额10人，先报先得！
- 🔥 名额有限，欢迎报名，开启您的武术修行之旅！



报名截止日期：04/06/2025