

坐上免费直通车，奔赴太极拳发源地学拳、研学、养生——

# 五一假期，来一次太极游

人类非物质文化遗产代表作



## 跟着拳师直播学太极 我市首次发布“节目单”

本报讯(记者李晓军)如今，“线上”授艺，“云端”练拳，成为我市太极拳师授拳、太极拳爱好者学拳的新风尚。近日，我市发布畅游五一·相约焦作“五十五百”文旅活动清单，其中，在“百场主题直播云游焦作”活动中，我市首次发布8名温县太极拳师的直播“节目单”。

王战军，抖音账号：1622184694，太极拳教学直播时间：周一至周五每日19:00—21:00，五一期间9:00—11:30；

陈炳，抖音账号：chenbingtaiji，太极拳教学直播时间：每周二20:00；

陈二虎，抖音账号：1593973707，太极拳教学直播时间：每日6:30、18:00；

李灵慧，抖音账号：linlinghui1314，太极拳教学直播时间：每日20:00；

朱亚伦，抖音账号：588115225，太极拳教学直播时间：每日19:00；

郑佳琦，抖音账号：taiji6789，太极拳教学直播时间：每日19:00；

冉发林，抖音账号：RFL0805，太极拳教学直播时间：周一至周五每日20:30—21:30；

郑辉，抖音账号：3460001770，太极拳教学直播时间：每日16:00—17:30。

这些直播教学的拳师皆为我市太极拳界的名师、大家。他们直播教学时间并不长，但已收获了众多粉丝。王战军的抖音有35.8万粉丝，获赞134.2万；陈炳拥有抖音粉丝6.6万，获赞42.6万；陈二虎拥有抖音粉丝18.8万，获赞54.1万。太极拳爱好者可走进这些拳师的直播间，跟着拳师学习太极拳，和拳师互动交流。



## 人民网报道——陈正雷在瑞典开班授拳

本报讯(记者李晓军)据人民网报道，4月26日，位于瑞典首都斯德哥尔摩的中国文化中心，太极拳大师陈正雷开班式活动在此举行。

该活动由斯德哥尔摩中国文化中心、中外文化交流中心、瑞典武术协会联合举办。

开班式上，中国十大武术名师之一、中国陈家沟陈式太极拳第十二代传人、国家级代表性传承人陈正雷以“太极拳是中华民族奉献给世界的最好礼物”为主题，介绍了陈式太极拳300年来在中国与世界范围内的传承与发展，讲授了学习太极拳的基本要领，并亲自为大家示范有关动作。开班式现场气氛热烈，大家听得认真、练得起劲。许多外国友人表示，通过太极拳大师的开班式活动，对太极拳和中华文化有了更深入的了解。

出席本次活动的中国驻瑞典大使崔爱民说，太极在中国传统文化中占有重要地位，太极拳以太极概念为核心思想，融合了颐养性情、健身强体、格斗对抗等元素，形成了内外兼修、刚柔并济的传统中国拳术。作为人类非物质文化遗产代表作，太极拳强调身心合一，人与自然和谐，展现了和平的底色和生命的意义。通过此类活动，将不断增进中外人民友好，推动中外文化交流与合作。



位于温县陈家沟的中国太极拳博物馆。

徐宏星 摄

活动内容主要为四个方面：了解陈式太极拳起源、发展状况及传承谱系，培养青少年家族传承意识及担当精神；了解太极拳拳理、拳法，沉浸式体验太极拳动作招式，掌握一套强身健体的方法；了解陈式太极拳创始人杨露禅拳法、学拳、教拳、名扬天下的故事，学习杨露禅刻苦钻研、锲而不舍、善于学习的精神；寻找陈家沟“辈辈出高人、代代出大师”的秘密，通过挖掘独特的太极拳文化，探究习武求学之道，启发孩子找到学习以及人生成长过程中的密码，助力孩子一生的发展。据介绍，研学活动创新消费场景、提升沉浸体验，倾力打造游客“愿意来、留得住、带得走、传得开”的优质产品。

开通一趟免费公交。五一假期期间，我市开通焦作火车站至陈家沟的双向旅游免费直通车。这条专线从火车站南广场西侧停车场发车，发往陈家沟的专线为日发车4班，早班7:30发车，按公交运营模式经市内相关主要站点。根据客流情况，适当增加相应客运班次。

五一假期，太极游的内容还有很多。例如，5月1日至5日，在陈家沟杨露禅学拳处，上演《杨露禅学拳》沉浸式小品；5月1日至4日，陈家沟将举办温县陈式太极拳公开赛暨第二届陈式太极拳小架邀请赛，让游客亲身体验赛事游；开展大师临

场教学、拳师现场表演、太极文化寻迹等活动；推出太极+蜜雪冰城线路产品，促进文旅商旅融合发展。

## 增强归属感、荣誉感 太极拳专委会在我市颁发会员证



太极拳专委会颁发会员证。

(太极拳专委会提供)

本报讯(记者李晓军)近日，中国非遗保护协会太极拳专委会(以下简称太极拳专委会)在我市连续举办两场会员证颁发仪式。

4月17日，太极拳专委会在河南理工大学举行太极拳专委会会员证颁发仪式。一场精彩的太极表演后，会员们一起登台领取证书。大家纷纷表示，通过参加颁证仪式，增强了归属感和荣誉感，进一步激发了自己融入太极拳事业发展的热情。

4月19日，太极拳专委会在陈家沟国际太极院举行太极拳专委会会员证颁发仪式。会员们领取了证书并进行入会宣誓；首批会员代表与第二批会员代表进行了发言。与会代表还观看了陈式太极拳和谐十三式、陈式太极单刀、陈式太极拳老架二路等表演。

太极拳专委会是中国非物质文化遗产保护协会的直属机构，是全国性太极拳行业的非营利性组织，成立于2021年2月，位于河南省郑州市。主要

围绕太极拳的年轻化、时尚化、数字化、国际化，聚焦“生命的能量 人类的遗产”，推动太极拳的保护、传承、弘扬。

“太极拳作为中国传统文化的瑰宝，其传承与发展需要更多人的共同努力。太极拳专委会会员证的颁发，将进一步增强太极拳传承人的归属感和荣誉感，为太极拳的传承与普及贡献更多力量，让太极拳绽放更加绚丽的光彩。”该专委会一位负责人说。

### 新闻链接：

目前，中国非遗保护协会太极拳专委会仍在招募会员。申请入会者可扫码关注中国非遗保护协会太极拳专委会微信公众号，扫码阅读《中国非物质文化遗产保护协会章程》，扫码下载《个人会员申请表》，扫码下载《入会推荐信》。然后，将材料电子版(同时报送word版和pdf扫描电子版)发送至太极拳专委会邮箱 zgtjqzwh@163.com。

## 陈炳：不遗余力推动太极拳“走出去”

本报记者 李晓军

起势、野马分鬃、白鹤亮翅……连日来，在位于北京市的一个校园内，来自我市陈家沟的太极拳师陈炳，带领一群非洲学员习练太极拳。

近日，应中央文化和旅游管理干部学院邀请，陈炳为来华培训的埃塞俄比亚、埃及、肯尼亚、莱索托、纳米比亚、尼日利亚、塞拉利昂、坦桑尼亚8个国家的26名国际朋友分享太极知识、传授太极拳法。

这是陈炳刚刚结束2024年春季太极拳世界行之后，又一次带领外国学员学拳。

3月1日，在智利圣地亚哥的一所学院训练厅，拉雷纳市长帕拉前来拜访陈炳，希望能和太极拳结缘，期待太极拳能在拉雷

纳市发扬光大。“我很骄傲地强调，联合国教科文组织指定太极拳为人类非物质文化遗产，这一认证证实这一古老学科的博大精深，我们拉雷纳市的标志就是体育运动，太极拳的到来，让我感到无比的骄傲。”帕拉说。

3月5日，在智利大学校内，陈炳著的《陈式太极拳基础入门》西班牙语版本正式发行。智利中国大使馆文化参赞刘雯女士到场全程参与活动，智利大学哲学院、文化学院的两名教授分别阐述自己对中国传统太极拳文化的理解与实践感受。据悉，《陈式太极拳基础入门》一书已于2020年在欧洲发行英文翻译的版本，目前葡萄牙语、意大利语等语种翻译工作还在进行中。

此次春季太极拳世界行活动，陈炳已走进7个国家。他计划全年前往21个国家和地区进行

教学。同时对美国马里兰、法国巴黎、希腊雅典等地进行考察，计划授权三地开设新的太极拳学院，促进太极拳文化遍地开花。

“太极拳文化是中国传统文化的缩影，在世界各地传授太极拳，传播太极文化，让国际友人喜欢上太极拳文化，是我的责任，对于提升民族文化自信，增强国家文化软实力也有重要意义。”陈炳说。

近年来，作为陈式太极拳第十二代嫡宗传人、国家一级拳师、省级非物质文化遗产优秀传承人、温县陈家沟太极拳协会会长，陈炳不遗余力带领中华太极拳文化“走出去”，每年他有近一半时间都在国外教学。他在美国、瑞士、以色列、巴西、新加坡等20多个国家，设有30多家陈炳太极院，他的“洋弟子”遍布全球。

陈炳在教非洲学员习练太极拳。(陈家沟国际太极院提供)



## 2024年焦作市

# 庆五一 惠民消费节璀璨启幕

主办单位：焦作市商务局 山阳区人民政府 焦作广播电视台 焦作日报社

◆厂家销售◆真情回馈◆以旧换新◆价格特惠

时间：5月1日至5日 地址：焦作市东方红广场

广告