

7-Day Taiwan Bilingual Tai Chi Wellness Tour

7 天台灣雙語太極養生之旅

Arrival Day | 抵達台灣

Arrival at Taoyuan International Airport | 抵達桃園國際機場

Meet Your Tai Chi Master or professional Guide | 太極老師或專業導遊接機

Private Transfer to Taipei | 專車前往台北

Hotel Check-in | 飯店入住

Welcome Orientation & Tai Chi Introduction | 迎賓說明與太極介紹

Free Time at Ximending | 西門町自由活動

Day 2 | Yehliu • Jiufen • Shifen

Bilingual Tai Chi Wellness Practice | 雙語太極養生課程

Yehliu Geopark | 野柳地質公園

Jiufen Old Street | 九份老街

Shifen Waterfall | 十分瀑布

Shifen Old Street & Sky Lantern Experience | 十分老街 • 放天燈祈福

Day 3 | Yilan Cultural Discovery

Tai Chi & Qigong Wellness Session | 太極與氣功養生課程

National Center for Traditional Arts | 國立傳統藝術中心

Meihua Lake | 梅花湖

Jiaoxi Hot Spring Park | 礁溪溫泉公園

Return to Taipei | 返回台北

Day 4 | Yangmingshan Nature Retreat

Nature Hiking Tai Chi Practice | 自然輕鬆登山太極體驗

Yangmingshan National Park | 陽明山國家公園

Shell Temple | 貝殼廟

Day 5 | Taipei Cultural Journey

Tai Chi Movement & Breathing Practice | 太極身法與呼吸課程

Chiang Kai-shek Memorial Hall | 中正紀念堂

Taipei 101 Observatory | 台北 101 觀景台

Dadaocheng Historic District | 大稻埕歷史街區

Traditional Taiwanese Tea Culture Experience | 台灣茶文化體驗

Day 6 | Historic Taipei

Bilingual Tai Chi Class | 中英雙語太極課程

Presidential Office Building | 總統府

228 Peace Memorial Park | 二二八和平紀念公園

Grand Hotel Taipei | 圓山大飯店

Shilin Night Market | 士林夜市

Day 7 | Beitou • Tamsui

Tai Chi Wellness Session | 太極養生課程

Beitou Culture & Hot Spring Area | 北投文化和溫泉

Tamsui Culture & Old Street | 淡水文化和老街

Transfer to Taoyuan International Airport | 前往桃園國際機場

Farewell Dinner | 惜別晚宴