

おたり森林セラピー基地

女性のための森林セラピー♪1泊2日プラン

—信州おたりの森の癒しと食をゆっくりと楽しむ—

女性みなさんにゆったりと森林セラピーを楽しんでいただく宿泊プランをご用意しました。おたり森林セラピー基地の女性ガイドがご案内し、女性ガイドのいる宿にお泊りいただきます。森の癒し、ゆっくり流れる時間、体を芯からあたためる温泉、大地の恵みいっぱいのおいしい食事。日常の慌しさから解放されるように。のんびりとくつろいで、身も心もリフレッシュできるように。女性みなさんに喜んでいただけるよう、女性ガイドが企画しました。

春の特別企画

深まる緑 命かがやく小谷の森へ

2016年 6月29日(水)・30日(木)

山々が勢いを増す季節、日毎に緑が深まり樹木の香りも一番濃くなる頃です。

森の中へ、そしていにしへの旧街道「塩の道」を歩きましょう。

食事は山の収穫物や地元生産者の食材を利用したお料理。

自然のエネルギーを心身にたっぷり取り込んでください。

1日目

ブナが美しい雨飾山麓で

ゆっくり3時間ほど

五感を使って森林セラピー。

終了後、ブナ林に囲まれた露天風呂

への立ち寄りも予定しています。

宿に着いたら、おまちかねの

信州おたりの食材をいかした夕食を。

夜はゆったりとした時間をお過ごし下さい。

最少催行人数：1名 / 定員：15名

雨天決行。天候により内容変更の場合があります。

施設にある森林セラピーや塩の道の関連資料や本など、ご自由にご覧下さい。

近所の天然温泉もご利用いただけます。

柵池自然園では高山植物が楽しめます。

前後泊も対応しますので、ご希望の方はご相談下さい。

おひとりさま 1泊3食 **¥19,800** 税込

(1日目夕食、2日目朝食昼食、宿泊代、セラピーガイド料、保険料込み)
※1名様からご参加いただけます。その場合はプラス4000円。

2日目

さわやかな高原の空気。目覚めたら、

身体に優しい朝食で1日をスタート。

その後、塩の道をのんびり歩いて

森林セラピー。

塩の道は、日本海から信州内地に

塩や海産物を運んだ旧街道です。

古い道筋をたどり、昔に思いをはせる時間。

歩いた後は、お昼ごはんがおいしい。

昼食後13時頃に解散となります。



お申込みは小谷村役場観光商工係へ

TEL:0261-82-2585 / FAX:0261-82-2232

メールアドレス:toiawase@otari-shinrin.com

お申込み締切り:6月22日(水)

※詳細はお気軽にお問合せ下さい。企画日以外もご相談下さい。

ホームページでもご確認いただけます。http://www.otari-shinrin.com/



女性のための森林セラピー♪1泊2日プラン

—信州おたりの森の癒しと食をゆっくりと楽しむ—

お宿

お泊りは、以下3施(小谷村認定「癒しの宿」)のいずれかになります。
基地認定の女性セラピーガイドがおもてなしします。安心しておくつろぎ下さい。



自家製酵母パンの宿
プチホテルシャンツェ



GSロッジ



ペンションアンデス

集 合 & アクセス

6月29日(水)「JR大系線 南小谷駅」12:15

JR新宿駅から 特急あずさ3号 11:42 南小谷駅着

JR長野駅から 特急バス長野—白馬線 11:25 柵池高原バス停着

マイカーの方も一旦JR南小谷駅へご集合下さい。

※お帰りは、宿泊施設近くのバス停より白馬駅・南小谷駅・長野駅行きのバスがあります。
詳しくはご相談下さい。

持 物

野外活動に適した服装(長袖・長ズボン)、歩きやすい靴、カッパ、はおるもの、フェイスタオル

女性のための森林セラピー

特別企画外でも4~12月中旬のご希望の日程でお申込みいただけます。(ご希望に添えない場合あり)
小谷の季節感を感じていただけるように、各月のテーマを定めてあります。

さあ、女性ガイドと四季折々の小谷の森へ一緒に♪

- 4月「待ちわびた春 雪解けはじまる小谷の森へ」
- 5月「ブナの芽吹き 残雪と新緑まぶしい小谷の森へ」
- 6月「山菜パラダイス 大地の恵みが嬉しい小谷の森へ」
- 7月「深まる緑 命かがやく小谷の森へ」
- 8月「高原の風 緑陰爽やかな小谷の森へ」
- 9月「一足早い秋の訪れ 涼風の小谷の森へ」
- 10月「しっとり美しい紅葉 山粧う小谷の森へ」
- 11月「静寂の音を聴く 冬の眠りを迎える小谷の森へ」
- 12月「初雪を楽しみ 静かな静かな小谷の森へ」

9月に
「秋の特別企画」
を予定しています。
詳しくはホームページで!

