

1泊2日森のリトリートツアー

DAY1

● 1日目：金 到着日

【集合時間と場所】

- 車組：11:00頃までに「こけもも町」集合
→ 車で小淵沢駅へ（約20分）
- 電車組：昼 12:00頃 小淵沢駅へお迎え

※2日目朝の朝食代はツアーに含まれますが、
後の3食（1日目ランチ、ディナー/2日目ランチ）は
別途外食代として費用がかかります。

【ランチ】

- 13:00頃：「臺眠（七賢直営レストラン）」
→ 酒蔵ならではの麴料理など

【午後の予定】（天候により変更あり）

- 大滝湧水で名水を汲む（500ML空ペットボトル持参推奨）
★呼吸を深めよう みんなで深呼吸タイム
- 吐竜の滝を散策
- 八ヶ岳倶楽部（森の散歩＆フルーツティー）
- 萌木の村を散策

【夕食】

- 萌木の村「ROCK」のカレー（野菜たっぷり）
★近況報告会 アロマに関するお互いの活動や経験をシェアする

【夜の時間】

- ペンションの岩風呂
- または温泉 パノラマの湯（温泉は希望者送迎します／最終受付 21:30）
★ハンドマッサージ
お茶をしながら情報を交換し交流を深める

1泊2日森のリトリートツアー

DAY2

● 2日目：土

【朝ごはん】 8:00 ととのう朝の和ごはん 提供

- 朝，ペンションの岩風呂で足湯をし、リンパを流したり希望者同士でアロマハンドマッサージなどを楽しむ

10:00 フラワーズフォーレナでドライフラワーに包まれ香りを楽しむ
旬のフルーツのパフェなども食べることができる

11:30 自然食品 果梨さんへ野草茶や自然食を楽しむ
(無料でお茶を飲んだり、軽食が楽しめる)

13:30 道の駅こぶちざわでお買い物
時間があれば星野リゾート八ヶ岳に寄る

15:00頃 小淵沢駅へ 電車組 解散

15:30 車組 ペンションこけもも町へ 解散