

ブナの森リトリートツアー — 森林セラピー & 森ヨガ —



9月25日(水) 9:00~
14:30

場所

森林セラピー基地

ブナの森温身平 (小国町小玉川地内)

山形県唯一の森林セラピー基地「ブナの森温身平」
美しいブナが立ち並ぶ癒しの森で、日常生活を離れ、
心と身体をリフレッシュさせてみませんか。

タイムスケジュール

9:00 飯豊山荘前 集合

9:00 【森林セラピー体験】

アテンダントの案内で温身平セラピーロード
散策・森林浴体験

12:00 昼食

旬の食材を使った
ヘルシーな
セラピー弁当



13:00 【森林ヨガ体験】

ブナの森の空気を感じながらヨガ体験
初めてでも無理なく参加いただけます

14:00 アンケート記入、閉会

14:30 解散

解散後、お配りする温泉券で自由に温泉浴
をお楽しみください。

- 講師 舟山 功 氏 (森林セラピスト)
村上 小百合 氏 (ヨガインストラクター)
- 料金 4,800 円 (案内料、昼食代、温泉券、保険料込み)
- 集合場所 飯豊山荘前 9:00 集合
(山形県西置賜郡小国町小玉川 663-3)
- 定員 20 名 (最少催行人数 8 名)
- 持ち物 長袖長ズボン、帽子、トレッキングシューズ (防水性の滑りにくい靴)、雨具、飲み物
- 申込方法 9月18日(水)までに裏面申込用紙をFAX、又は電話、E-mailにてお申し込みください。

<申込先> NPO 法人ここ掘れ和ん話ん探検隊

TEL/FAX 0238-62-5955 E-mail kokohorewanwan@opal.plala.or.jp

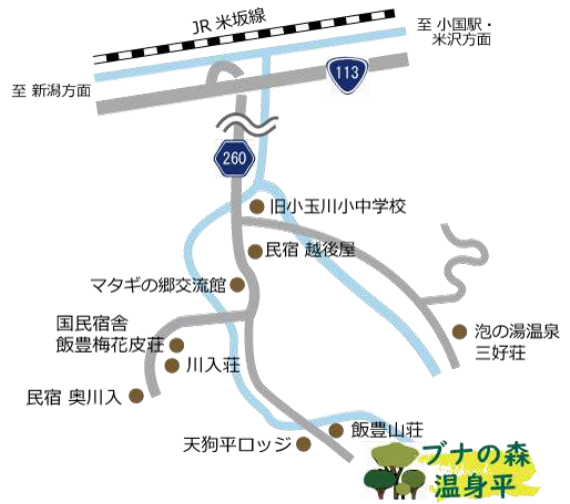
- ・小雨決行。悪天時は中止もしくは屋内でのプログラムに変更となる場合があります。
- ・飯豊山荘、梅花皮荘、川入荘で使える温泉券をお配りします。解散後、各施設で温泉浴をお楽しみください。

主催：NPO 法人ここ掘れ和ん話ん探検隊

集合場所へのアクセスマップ

国道 113 号線から飯豊山荘まで車で約 40 分 (約 20 km)

J R 米坂線小国駅から車で約 50 分 (約 28 km)



ぶなの森リトリートツアー (令和元年 9 月 25 日) 参加申込書

ふりがな 氏名			男・女	生 年 月 日	
				S・H ・R	年 月 日
住 所	〒 ()				
連 絡 先	電話/FAX	Mail			
	携帯				
アレルギー等	1. ない 2. ある (※食物・ハチ等アレルギーあるかたは必ず詳細にお書きください) 詳細 ()				
ふりがな 氏名			男・女	生 年 月 日	
				S・H ・R	年 月 日
住 所	〒 ()				
連 絡 先	電話/FAX	Mail			
	携帯				
アレルギー等	1. ない 2. ある (※食物・ハチ等アレルギーあるかたは必ず詳細にお書きください) 詳細 ()				

記載の内容は今回の催事にのみ使用させていただき、その他の目的で使用することはありません。

注意 : 「ぶなの森リトリートツアー」に参加していただくにあたり、
下記事項についてご同意があったものといたします。

参加同意書

1. 私は自分自身の意思で、かつ以下の内容を理解・同意の上で「ぶなの森リトリートツアー」に参加します。
2. 「ぶなの森リトリートツアー」に参加するにふさわしい身体状況にあることを認めます。
3. 活動中に起こる事故やけがの可能性を理解し、自分で最大限の安全管理を行います。
4. 「ぶなの森リトリートツアー」に参加するにあたり、主催者、ガイド、スタッフの指示に従って行動します。

— 申込先 —

- 郵 送 〒999-1337 山形県西置賜郡小国町大字新原 1 2 4 番地
NPO 法人 ここ掘れ和ん話ん探検隊
- 電話・FAX 0 2 3 8 - 6 2 - 5 9 5 5 (平日 9 : 00 ~ 16 : 30)
- メール kokohorewanwan@opal.plala.or.jp

