

in 温泉津

1月25日(土)

ドイツで「気候療法士」を取得し、日本では「気候療法士リーダー」を取得した、  
内藤陽子 と、昨年日本で「気候療法士リーダー」を取得した大中久美 とでご案内する、

# 湯ったりウォーク

(ウォーク距離：約3km 所要時間：約2時間)

★ 時間 ★ 10時～15時頃まで(小雨決行)

★ 参加料金 ★ 3,000円(お一人様)

(ノルディック・ウォークストック、昼食、温泉、保険込み)

★ 定員 ★ 15名様(受付は1月22日まで。)

★ 集合場所 ★ ゆうゆう館(温泉津観光案内所)

★ 持ち物や服装など ★

歩きやすい服装。スポーツシューズやウォーキングシューズ。

水分補給用の飲料水、雨具、タオル。温泉後の着替えなど。

海岸端や森林の中にある自然の空気を吸ったり、波の音、鳥の声に耳を澄ませたり、五感を刺激しながらの楽しいウォークです。ウォーキング前後やコース途中にもストレッチを取り入れ、疲れを残さないウォーキングが特徴♪ 昼食後は温泉タイムです♪

★ お申込み・お問合せ ★

薬師湯(0855)65-4894 担当：内藤・大中