

# 大山パワーチャージプログラム！！

## ～ 自然の中でのヨガ体験と座禅体験 ～

忙しい毎日の中、心も身体も疲れ気味・・・と感じておられないですか？

大山ツアーデスクでは、そんな 日々を頑張っておられる皆様の疲れに“特効薬”となるプログラムを企画致しました。

自然の中で心を解き放つ贅沢な時間・・・。

大山でパワーチャージして、また次の一步を踏み出しましょう！！

春～秋随時募集  
プログラム！！

ツアーポイント：

- 笑顔の素敵な♪インストラクターに習いながら、自然の中でのヨガ体験。  
初心者の方でも大丈夫です！
- 通常は御開帳日(毎月18日)しか入ることの出来ない、  
国の重要文化財・阿弥陀堂にて座禅体験。
- 古くから宿坊として伝統のある“山楽荘”にて精進料理の昼食付。

時間：午前9時00分集合（14時頃終了予定）

受付：希望日の1週間前位まで

（インストラクター・座禅・昼食場所の予約状況によります。ご相談下さいませ。）

募集人数：4名以上15名まで（それ以外の人数でご希望の場合、ご相談下さいませ。）

参加費：5,000円（当日お支払下さいませ。）

集合：大山ツアーデスク

申込み方法：電話、ファックス または メール

（ファックス、メールにてお申し込みの場合、氏名・住所・連絡の

つく電話番号・E-mail アドレス、性別、年齢をご記入くださいませ。）

- 注意事項）
- ① 各実施場所までの移動に、それぞれ15分～30分程度のハイキングをします。  
歩きやすい靴・服装でお越しくださいませ。
  - ② 雨の場合、ヨガ体験は山楽荘内にて致します。
  - ③ レジャーシート・飲料・タオル・帽子・虫除けスプレーなどご持参くださいませ。



お申込み＆お問合せ：大山ツアーデスク

TEL: 0859-48-6123

FAX: 0859-48-6124

E-mail: [d-tour@sea.chukai.ne.jp](mailto:d-tour@sea.chukai.ne.jp)