

クアオルト体験ツアー参加者募集

日本初で唯一！本場ドイツ・ミュンヘン大学認定コースでクアオルト健康ウォーキング！

クアオルト(Kurort)はドイツ語で、クア(Kur)が「治療、療養・保養のための滞在」、オルト(Ort)が「場所」を意味し、ドイツで国を挙げて取り組んでいる国民健康法です。

クアオルト＝「気候性地形療法」は、その地域の気候や天候の自然要素と勾配のある地形を活用したウォーキングによって、心身の健康効果を引きだすことができる療法として世界中から注目されています。

今回は、そのクアオルトを学び体験できるとともに、太陽の下でのウォーキングによって得られるセロトニン効果のお話や実技をその第一人者から学べる研修となります。

会員の皆様、是非ご参加下さい。



<http://kaminoyama-spa.com/kurort/>より

1泊2日プラン		日付	時間	行程
日程	2013年9月21日(土)~22日(日)	9/21 (土)	13:00 ～ 16:30	山形県上山市保健センター 2F 健康教育室
定員	17名			セロトニン講演会 有田秀穂氏
				セロトニンヨガ実技講習 龍村修氏
参加費	① 19,500円 4名 ② 14,500円 13名 お部屋のタイプにより参加費が異なります。お申し込み時に、どちらかお知らせください。			宿泊先へ移動
			18:00	夕食交流会「時代屋」

宿泊先 山形県上山市かみのやま温泉「彩花亭時代屋」 ① 通常客室(4名1部屋) ② 貸切別荘「時」(13名1棟) ※いずれも相部屋となります。 ※参加費には以下の内容が含まれます。 講演・講習会参加費、1泊2食付き宿泊費、クア オルト体験、2日目昼食、ぶどう狩り入園料、バ ス代	9/22 (日)	6:00 7:30 9:00 13:00 14:30 16:00	クアオルト体験「葉山コース」 朝食 クアオルト体験 「ドイツ認定コース」 昼食「こんにゃく番所」 ぶどう狩り 終了、解散予定
--	-------------	---	--

※ **申し込みの締め切りは9月17日**といたします。

※ **ご希望の方に、宿泊施設のパンフレットを差し上げます。**

申し込み・問い合わせ先

NPO 法人日本 YOGA 連盟事務局

〒533-0033

大阪市東淀川区東中島 1-20-19-1006 号室

TEL 06-6328-7766

E-mail info@npo-yoga.com

HP <http://www.npo-yoga.com>