

# からだにいいこと まるごと体験2014実施要項

① 日 時	登校(集合) 11月15日(土) 14:00	下校(解散) 11月16日(日) 14:00
② 場 所	あいあいファーム(旧 湧川小学校) 沖縄県今帰仁村字湧川369	
③ 参加条件	ヨガに参加される方は、医師により運動を制限されていないこと。	
④ 参加費	ご参加は選べる <b>3プラン</b> をご用意いたしました!	
<b>A</b>	15日(土)1日参加…①お香づくり+②ゆったりストレッチ・ヨガ+夕食=¥4800+税	14:00~18:00 (13:30受付)
<b>B</b>	16日(日)1日参加…⑧ものづくり体験+⑨薬膳講座+⑩ランチ=¥4800+税	10:00~14:00 (9:30受付)
<b>C</b>	全日程参加…①お香づくり+②ヨガ+③夕食+④眠りの講座+⑤宿泊+⑥朝ヨガ+⑦朝食+⑧ものづくり体験+⑨薬膳講座+⑩ランチ ①~⑩すべて込みで ¥16000+税 15日13:30受付開始	
⇒ プランC(全日程参加コース)はすべてのワークショップに宿泊と朝食がついてくる、 <b>おとくで魅力的なプラン!</b>		
さらに、各種特典をご用意。10月31日までに申し込むと、 <b>ウレシイ特典</b> がついてきます!!		
早期申込特典①⇒お申し込みのかた全員に、ヨガスタジオ和穩で使える¥1000クーポン券がついてくる		
早期申込特典②⇒プランCで3名以上の同室参加のグループには、あいあいファームで使える¥500金券(お一人1枚ずつ)がついてくる(※金券の使用については別途規定がありますので、ご理解ください)		
⑤ 日程詳細	当日、受付の際にタイムテーブル(時間割)をお渡しいたします。	
⑥ 留意事項	以下のことのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。	
	※ 15歳以下での参加は必ず保護者同伴でお願いいたします。	
	※ 貴重品の管理は各自でおこなって下さい。	
	※ 宿泊は個室です(洋室タイプと和室タイプがあります)	
	※ 敷地内に自動販売機はございません。	
	※ 徒歩圏にコンビニやスーパー等はございません	
	※ ケガ・事故のないようご注意ください。	
	※ キャンセルの場合は11月6日(金)までにご連絡ください。	
⑦ 持ち物	必須携帯品です	
	<input type="checkbox"/> 軽い運動のできる服 (ヨガで使用します)、エプロンと頭巾 (ものづくり体験などで使用します)	<input type="checkbox"/> 筆記具
	<input type="checkbox"/> ヨガマット (レンタルもあります。レンタル300円/1枚) あるいは大きめの布やタオルと滑り止めシート	
⑧ あると便利な持ち物:	<input type="checkbox"/> 雨具	
⑨ アクセス	<p>あいあいファーム(旧 湧川小学校)                  沖縄県今帰仁村字湧川369                  ☎0980-51-5111</p>  <p>詳細 →</p> 	
⑩ お問い合わせ先	ヨガスタジオ和穩 ☎090-6864-4262	FAX 098-993-7560
	メール: waon.yoga@gmail.com	ホームページ: http://waon-yoga.jimdo.com