

日帰りコース 1/12 (日)・2/22 (土) 難易度★★★ 標高①②

絶景の癒し！ 家族で楽しむ世界遺産 馬越峠&天狗倉山

血圧測定／紫外線測定・大岩に寝転びリラックス・
 ヤッホーポイントでストレス発散・絶景の天狗倉山
 アタック・尾鷲のおやつでコーヒブレイク・
 バードコールづくり、特産品おまけ付き



11:15 「道の駅海山」集合
 石畳が美しい
 馬越峠ウォーキング
 海景・山景爽快な
 天狗倉山へ
 大人も子どもも夢中！
 バードコール制作
 16:30 尾鷲駅到着
 (シャトルバス 16:40 出発)

お一人 ¥ 3,500

健康インストラクター
 同行、コーヒー・おやつ、
 バードコールキット、
 保険代を含む

標高ポイント



no.03

1泊2日コース 難易度★★★ 標高①②③④

1/24 (金) -25 (土)・3/8 (土) -9 (日)

燃烧系！ 冬に緩んだ体を健康的に取り戻す
 健脚向け 世界遺産 馬越峠・天狗倉山
 &三木峠・羽後峠

徹底的に緑の熊野古道でリフレッシュ・血圧測定／紫外線
 測定・絶景の天狗倉山アタック・三木峠のおだやかビュー
 ポイント・尾鷲の旬で海幸三味、特産品おまけ付き

1日目
 11:15 「道の駅海山」集合
 馬越峠ウォーキング
 天狗倉山アタック
 16:50 夢古道おわせ「海洋深層水のお風呂」
 18:00 海幸三味の夕食

2日目
 7:30 漁師町の朝ごはん
 9:03 尾鷲駅から JR で三木里駅へ
 三木峠・羽後峠ウォーキング
 昼食 熊野古道薬草弁当
 14:17 賀田駅から JR で移動
 14:38 尾鷲駅 フリー (尾鷲市内のまちの駅めぐりなど)



夕食の一例



お一人大人 ¥ 14,800 小人 ¥ 13,800

健康インストラクター同行、コーヒー・おやつ、入浴代、夕食クーポン
 券付き、宿泊費、2日目朝食・昼食、市内の移動運賃、保険代を含む

日帰りコース 2/2 (日)・3/24 (月) 難易度★★ 標高①

美肌ツアー！ 森と海洋深層水風呂でリラックス
 女子にウレシイ 世界遺産 馬越峠&夢古道の湯

血圧測定／紫外線測定・杉の大木のパワースポット・
 石畳ストレッチでリラックス・海洋深層水風呂で
 ゆったり、まったり、そのうえお肌はスベスベ！
 特産品おまけ付き



11:15 「道の駅海山」集合
 馬越峠ウォーキング
 14:40 夢古道おわせ「海洋深層水風呂」
 フリータイム (熊野古道センター見学など)
 16:30 解散 シャトルバス熊野古道センター出発

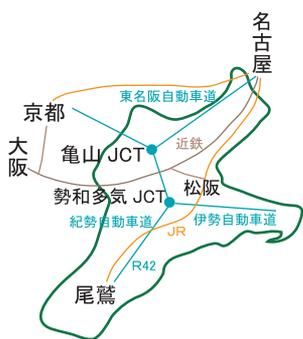


海洋深層水風呂は保温性・保湿性に
 優れています。露天風呂の2つの浴
 槽は、療養湯といわれる酸性と、肌
 スベスベの効き目があるとされるアル
 カリ性。交互の入浴がオススメ。

お一人 ¥ 3,500

健康インストラクター
 同行、コーヒー・スイ
 ツ2品、入浴代、保険
 代を含む

尾鷲へのアクセス／シャトルバス案内



- ◆電車で
 特急ワイドビュー南紀 名古屋駅から2時間30分
- ◆自動車で
 名古屋から東名阪自動車道・伊勢自動車道・紀勢自
 動車道・国道42号経由で約2時間10分
- ◆ツアーには「熊野古道シャトルバス」が便利です
 一名から毎日出発 要予約
 大人往復 4,500円 (片道 2,500円)
 [往] 名古屋駅 8:00 発 [復] 名古屋駅 20:15 頃着
 シャトルバス予約電話 TEL 052-561-5100
<http://www.kumanokodo-bus.jp>

◆帰りのバスで弁当ご希望の方は「鯛めし弁当 1,200円」を事前にご予約ください。

ツアー申込方法…ご予約は下記連絡先まで、お電話にてお願いいたします。
 取扱い条件等は、その際にご説明させていただきます。

インストラクターは尾鷲セラピスト

健康で安心、安全な楽しい
 ウォーキングをご案内します



尾鷲で実施する健康ウォーキングは、自然環境を巧みに利用す
 る気候療法の方法論に基づいています。森林、木もれ陽、風や
 水での冷刺激、太陽光、紫外線、清浄な空気など、心身の健康・
 癒しに最適です。熊野古道に精通し、熊野古道を健康的に楽し
 く安全にご案内する「尾鷲セラピスト」と歩きませんか。



健康ウォーク、気候療法アドバイザー NPO 熊野で健康ラボ 代表 木下藤寿氏

[ご予約・お問合せ先]

協同組合 尾鷲観光物産協会

〒519-3605 三重県尾鷲市中井町 12-14
 営業時間 8:30~17:15

三重県知事登録 登録旅行業第 3-343 号
 総合旅行業務取扱主任者 河中希帆子

募集型企画旅行実施可能区域：尾鷲市、北牟
 婁郡紀北町、熊野市、奈良県吉野郡上北山村

TEL 0597-23-8261
 FAX 0597-23-8263

E-mail : ya-ya2@owase-kb.jp
 URL : <http://www.owase-kb.jp>