

ENJOY SHIZUOKA'S OUTDOOR SAUNAS IN NATURE.

# 静岡県ウェルネスツーリズム 1泊2日版モデルコース

旅の非日常体験による充実感や、心身の健康に気づくりフレッシュ体験をしながら静岡県の魅力を感じることが可能なモデルコースを提案。  
今回は、1泊2日版としてまわりやすくアレンジしました。

## ■島田・川根コース

時間割	1日目内容	時間割	2日目内容
10時00分	静岡駅北口集合、石畳茶屋へ	8時30分	お茶の間たむらのうえんにてお茶飲み比べ体験(120分)
11時00分	石畳茶屋 縁-en-到着 オリエン	10時30分	体験終了 / 寸又峡へ
11時30分	サウナ体験 (2時間貸切利用)	11時30分	到着 / 昼ごはん(紅竹食堂 他)
13時30分	併設カフェにてランチ	12時15分	サウナ寸又峡-TripTrain-にてサウナ体験
14時30分	東海道金谷坂石畳ウォーク	14時15分	美女づくりの湯・晴耕雨読カフェなど
15時30分	ふじのくに茶の都ミュージアム見学	15時30分	寸又峡から静岡駅へ
17時10分	大井川鐵道川根温泉ホテル チェックイン / 夕食 / 温泉	17時00分	静岡駅で解散

## ■浜松コース

時間割	1日目内容	時間割	2日目内容
9時30分	浜松駅集合	9時00分	朝食/チェックアウト
10時30分	ヨガスタジオ「Hygge_femina」 にてヨガ体験	9時30分	舘山寺にて座禅/写経体験
12時00分	あたご商店で昼食	11時00分	三ヶ日観光
13時00分	サウナ天竜にてサウナ体験	12時00分	三ヶ日にて昼食 (うなぎ千草)
15時30分	SOLA SPA浜北温泉	13時30分	浜名湖レークサイドプラザ 三ヶ日温泉 万葉の華
17時30分	めくもり工房見学 (遠州綿紬)	15時30分	三ヶ日出発
18時30分	ホテルウェルシーズン浜名湖 チェックイン	16時30分	浜松駅で解散