

女性医療ネットワーク健康ツアー

骨盤底セミナー

in

カミツレの里

2017.
6.10 SAT
6.11 SUN

女性医療ネットワーク主催の健康ツアーを実施いたします！

今回ご宿泊いただくのは、2015年のリニューアルを経てアジア発のビオホテルに認定された「カミツレの宿 八寿恵荘(やすえそう)」。ビオとはオーガニックのこと。ビオホテルとは、滞在するゲストの健康や自然環境に配慮した、安全・安心で健やかな安らぎのあるホテルです。食事や飲み物はすべてビオ、スキンケア・ヘアケア・ボディケア用品には華密恋製品をご用意し、タオル・ベッドリネン類、ホテルの建材に至るまで自然素材を使用、さらに環境マネジメントまで行います。ぜひ有機JAS認定カモミール畑のふかふかの土に触れていただき、地元の木材を使った館内を素足で歩いてくださいませ。

ご宿泊の時期はちょうどカモミールが満開を迎える季節。宿では、目の前にカモミール畑が広がるホールで、トレーナー指導によるピラティスも体験していただけます。

また、2日目には地元・北アルプス医療センター統括院長 西澤先生をはじめ、LUNA骨盤底トータルサポートクリニック院長兼理事長 関口先生、理学療法士 重田先生など骨盤底のプロの皆様方によるスペシャルセミナーも開催！

空気の澄んだ高原で、カモミールのお風呂やオーガニックの食事を楽しみ、セミナーやワークショップで心も体も健康になる癒しの2日間。先着25名様限定の旅です。ご興味のある方はお早めに！



自然とつながり、ひととつながる
からだどころで感じる宿、八寿恵荘

いやす。ほぐす。ふれる。味わう。出会う。
ここは、五感すべてをときずませて、自然とより深くつながる場所。

親しい人と過ごすひととき、新しい出会いの中で、人とより深くつながる場所。
八寿恵荘では、安心して心地よく過ごしていただけるよう、すみずみまで心を配り、皆さまをお迎えしております。

カミツレの宿 八寿恵荘(やすえそう)

〒399-8604
長野県北安曇郡池田町広津4098



女性医療ネットワーク健康ツアー

骨盤底セミナー in カミツレの里

2017.6.10 SAT ~ 6.11 SUN

Schedule

1日目 スケジュール

- 8:00 ◆ 対馬ルリ子女性ライフクリニック 出発
- 12:30 ◆ 八寿恵荘 着
昼食
- 14:00 ◆ 自由時間
- 17:00 ◆ かまど、薪割り、丸太切り体験
- 18:30 ◆ 夕食@八寿恵荘
各種骨盤底エクソサイズの見本市

2日目 スケジュール

- 7:00 ◆ 大峰散策(自由参加)
- 8:00 ◆ 朝食
- 9:00 ◆ カモミール収穫体験、農業体験
- 12:00 ◆ 昼食
- 13:00 ◆ あづみ病院×Cネット合同セミナー
「骨盤底の勉強会」
- 16:30 ◆ 安曇野 出発
- 21:00 ◆ 対馬ルリ子女性ライフクリニック 到着

価格

28,000円程度

(往復バス代、1泊2日宿泊、食事、各種体験費込)

定員

限定 **25**名

申し込み期限

2017年 **5月26**日(金)

【注意事項】

※スケジュールは変更になる場合がございます。
※予約状況により相部屋をお願いすることがございます。
※畑作業ができる服装、靴(長靴やスニーカーなど)、日よけの帽子、ウインドブレーカーなどをご持参ください。花粉がとびますので、のどや鼻の粘膜の弱い方はマスクのご用意をお勧めいたします。

◎必要事項をご記入の上FAXでお送りいただくか、女性医療ネットワークHPよりお申し込みください

FAX **03-3538-1019** 女性医療ネットワークHP <http://www.cnet.gr.jp/>

| | | | |
|------|--------------|----------|------|
| お名前 | | ふりがな | |
| 電話番号 | | E-mail | |
| ご住所 | | | |
| 区分 | 女性医療ネットワーク会員 | ジョイ・ラボ会員 | 一般の方 |

問い合わせ：NPO法人 女性医療ネットワーク事務局 TEL 03-3538-0250 FAX 03-3538-1019