



# Self Conditioning Yoga Retreat

自身を癒し整えるヨガリトリート



2022.1.28 FRI.

— 1.31 MON.

<http://yoga.okinawa/>

# Self Conditioning Yoga Retreat

## 自身を癒し整えるヨガトリート

オープンエアのスタジオでのヨガの時間。  
そこには、多くの情報や抑圧から解放される時間があります。

体を内側から温めるヨガと  
無意識な緊張や忙しい思考を落ち着ける  
Calm Downのためのヨガ。

そして、エッセンシャルオイル、ハーバルボールから  
自然のチカラを頂くハーバルトリートメントと  
ヨガスタジオにしつらえた空間でのタイヨガマッサージで  
身を委ね、解放する癒しの時間。  
さらに、ハーバルボールづくりWSで  
セルフケアにも役立てられるお土産をプレゼント。

八重山の自然に抱かれ、自然のリズムの中で  
心と身体を整える。  
贅沢な自分の時間。

日程▶1月28日～1月31日 場所▶Yoga Retreat Village, kSaNa 沖縄県石垣市新川 1585-4 定員▶8名(最少催行人数4名)

### プログラム内容

#### ◆2泊3日プラン◆

- \*Yoga クラス 2回
- \*トリートメント 1回(下記から選択)

(1) ハーバルボールトリートメント 45分 (2) タイヨガトリートメント 60分

#### ◆3泊4日プラン◆

- \*Yoga クラス 3回
- \*トリートメント 2回(下記から選択)
- \*ミニWS(ハーバルボールづくり)

※トリートメントは申込書記載の時間からご希望の時間帯をお選びください。先着順となりますことを予めご了承願います。

### 【スケジュール】

1月28日(金) 食事:朝× 昼× 夜×

15:00 チェックイン

1月29日(土) 食事:朝○ 昼× 夜×

7:00-8:00 身体を温めるためのヨガ

9:00 朝食

10:00-11:15 レギュラーヨガクラス(自由参加)

1月30日(日) 食事:朝○ 昼× 夜×

7:00-8:00 Calm downのためのヨガ①

9:00 朝食

10:00-11:15 レギュラーヨガクラス(自由参加)

11:00 チェックアウト(2泊3日プランの方)

13:00 ハーバルボールづくりWS

1月31日(月) 食事:朝○ 昼× 夜×

7:00-8:00 Calm downのためのヨガ②

9:00 朝食

10:00-11:15 レギュラーヨガクラス(自由参加)

11:00 チェックアウト(3泊4日プランの方)

### 【旅行代金 3泊4日】 ※赤字は早期割引料金です

	マスター・ゴールド	会員	一般
洋室 (2-3名1室)	69,300円 <b>66,000円</b>	70,400円 <b>67,100円</b>	71,500円 <b>68,200円</b>
和室 (1名1室)	70,400円 <b>67,100円</b>	71,500円 <b>68,200円</b>	72,600円 <b>69,300円</b>

### 【旅行代金 2泊3日】

	マスター・ゴールド	会員	一般
洋室 (2-3名1室)	60,500円 <b>57,200円</b>	61,600円 <b>58,300円</b>	62,700円 <b>59,400円</b>
和室 (1名1室)	61,600円 <b>58,300円</b>	62,700円 <b>59,400円</b>	63,800円 <b>60,500円</b>

【申込締切】 早期申込締切▶12/10(金) 最終申込締切▶12/31(金)

【料金に含まれるもの】 宿泊費、施設利用料、毎日の朝食、ヨガクラス(2or3回)トリートメント(1or2回)、レギュラーヨガクラス、航空券は料金に含まれません。別途ご予約が必要となります。

ご予約・お問合せ Tel▶045-309-7293 Mail▶reserve@ksana-yoga.com