

京都丹波・芦生の森 おしゃれウォーク

～芦生の森ネイチャーガイドトレッキング～



講師：櫻井麻美

★2006年度ミスインターナショナル・日本大会グランプリ7世界大会第4位。
現在は野菜と果物の栄養を丸ごと摂れるスムージーライフの提案や、骨盤呼吸、正しい姿勢、美脚ウォーキング等の指導を行うボディアナリストとして活躍中。



※定員 30名

10/12(日)～13(月・祝)

京都丹波・芦生の森 おしゃれウォークとは

京都丹波地域（亀岡市・南丹市・京丹波町）では、地域の豊かな自然環境や文化、食を活かしたスポーツ観光に取り組んでいます。「京都丹波・芦生の森 おしゃれウォーク」は、南丹市美山町の美しい原生林やかやぶき集落を舞台に、心と体の健康づくりのためのモデルツアーとして企画されたものです。

美山ふるさと株式会社

〒601-0722 京都府南丹市美山町安掛下 25 番地
TEL0771-75-0815 FAX0771-75-0093 URL <http://www.miyamahurusato.com>

主催：京都丹波・里山ウォーク実行委員会

（構成：南丹地区体育協会連絡協議会・亀岡市・南丹市・京丹波町・京都府南丹広域振興局など）

協力：mont・bell

櫻井麻美さんと行く

第3回 京都丹波・里山ウォーク

京都丹波・芦生の森 おしゃれウォーク

～芦生の森ネイチャーガイドトレッキング～

2014年 10月12日(日)～13日(月・祝)

女性
限定

※定員 30名

★スケジュール 1日目

- 9:30 JR 京都駅八条口発
- 10:30 JR 園部駅西口 (経由)
- 11:45 美山町自然文化村着・オリエンテーション
- 12:20 昼食 (河鹿荘レストランにて)
- 13:30 かやぶきの里へウォーキング
 - ◎講師の櫻井さんとかやぶきの里へ
 - ◎かやぶきの里内は地元ガイドの案内あり
 - ◎かやぶきの里内の民俗資料館見学
 - ◎道中の知井八幡神社でお餅つき
- 16:00 美山町自然文化村 (河鹿荘) 着・チェックイン
- 18:00 夕食 ◎地元食材を使ったジビエ料理
- 19:30 文化ホールにて
 - ◎櫻井麻美さんによる美脚トーク&ウォークレッスン
 - ◎芦生の森でのウェアの着こなしや機能性の紹介



芦生の森とは・・・

京都大学が地元より借り受け、研究のために長年管理してきた近畿屈指の原生的な森。希少な植物も多く残ることから、植物学者の間でも有名な場所です。

★スケジュール 2日目

- 7:00 朝食 (河鹿荘レストランにて)
- 8:30 美山町自然文化村 (河鹿荘)・チェックアウト
 - ◎バスで芦生の森ネイチャーガイドトレッキングへ出発
- 15:00 美山町自然文化村帰着
- 15:30 美山町自然文化村発
- 15:45 ふれあい広場 (美山道の駅)
 - ◎お土産物タイム
- 17:00 JR 園部駅着
- 18:00 JR 京都駅八条口着・解散

参加費: **22,500**円(税込み)

※参加費には往復バス代・宿泊費・夕食・朝食・昼食2回トレッキング参加費が含まれます。

持ち物・ツアーに関して

- ※各部屋のアメニティーに関してはフェイスタオル、バスタオル、浴衣、歯ブラシセットをご用意いたしますが、それ以外は必要に応じて各自ご準備ください。
- ※トレッキング参加にあたって、トレッキングシューズ (防水性の物)、長袖、長ズボン、ザック、水分、帽子、雨具 (上下セパレートタイプのもの) を各自ご準備下さい。
- ※ご宿泊に関しましては基本4～5名づつの相部屋です。個室希望の場合は空き室があればプラス 4,000 円にてたまわります。

その他

- ※このツアーは女性限定のツアーです。ただしスタッフには男性が含まれます。予めご了承ください。
- ※このツアーの参加資格は小学校高学年以上、概ね 70 歳までの健康な方に限ります。
- ※ツアー定員は 30 名様です。受付は先着順で満席になり次第締切いたします。
- ※2 日目のトレッキングコースは京都大学が研究用に保護してきた場所で行います。整備されていない道を歩きますので各自装備はしっかりご準備ください。
- ※ツアーにお申し込みの際は①お名前②お電話番号③ご住所④生年月日 (旅行保険に必要です)⑤送迎バスの乗車場所をお知らせください。また、お申し込みは下記電話番号の他、FAX、E-mail でも受け付けております。
- ※ツアー中は広報用に写真撮影を行っております。不都合のある方は事前にお申し出ください。
- ※ツアー代金は当日現金にて頂戴いたします。
- ※キャンセル料は 1 週間前から発生いたします。(7～2 日前は 30%、1 日前 50%、当日 100%)

ツアー
問合せ先

美山町自然文化村

〒601-0713 京都府南丹市美山町中下向 56
URL <http://www.cans.zaq.ne.jp/m-kajika/>
E-mail kajika@cans.zaq.ne.jp FAX 0771-77-0020

お問い合わせ・お申込み

TEL **0771-77-0014**

休館日 (9/8・月) を除く 終日 9:00 ~ 22:00

旅行企画・実施 美山町自然文化村 / 美山エコツーリズム : 登録番号 / 京都府知事登録旅行業 地域一 636
募集型企画旅行実施可能区域 南丹市・京都市・亀岡市・京丹波町・綾部市・篠山市・能勢町・おおい町・高島市