

Retreat Trip in 高千穂

非日常生活を体験することで、心と身体を解放し、自分らしさを整えませんか？

「天岩戸神話を歩く」の著者・みやのゆきこがご案内する「Retreat Trip in 高千穂」は、心と身体の両側面から豊かな時間を過ごす「新しい旅 style」のご提案です。

11月の高千穂は、峡谷や棚田が色とりどりの木々を纏う素晴らしい季節です。そして10月に出雲へ帰っていた神さまが戻ってくる「神戻り月」とも呼ばれ、神秘的な空気が満ち溢れています。

「神々の里」と名高い高千穂には、とてつもないパワーと訪れた方々を幸せにする不思議な力があり、幾度となく通いたくなる素敵な場所。

身体を整え、透明感溢れる空気を身体に取り込む。

すると忘れていたワクワクする心が呼び戻され、そこには好奇心溢れる旅が待っています。

身体を整え歩く準備は、ムーブメントエデュケーター“てだかのりえ”が、ナビゲート！

そして現地では、スペシャルゲストガイドとして高千穂のことを知り尽くした高藤文明氏もお呼びしました。

さあ高千穂の風に吹かれ、ワクワクを感じにいきましょう！

【 日程 】 11/13 (土) 15:30～16:15 スライド&トーク みやのゆきこ

テーマ：心豊かな旅のご提案～高千穂を歩く～

16:30～17:30 フランクリンメソッド・ワークショップ てだかのりえ

テーマ：楽しく過ごすために…好きなところへ行くために…生きていくうえで大切な役割をしている足の機能的な使い方を探求

11/14 (日) 10:00 高千穂集合～神社など名所めぐりと高千穂散策
16:00 解散

11/15 (月) 9:00 高千穂集合～簡単な里山かフットパス歩き
15:00 解散

【 参加費 】 ◇ 土曜のみ参加 5,000 円

◇ 土・日曜 (2 days) 参加 15,000 円 (ワークショップ、1日ガイド代金)

◇ 土～月曜 (3 days) 参加 23,000 円 (ワークショップ、2日ガイド代金)

【 お問合せ&お申込み 】 studioinnerwave@gmail.com

【 WS 開催場所 】 Studio Inner Wave <https://studioinnerwave.com>
福岡市中央区薬院 2-19-3 / 092-791-7323

講師&ガイド : みやのゆきこ (登山ガイド/ピラティス IR)

高藤文明 (高千穂観光協会所属ガイド)

てだかのりえ (ピラティス・フランクリンメソッド・ジャイロトニック® IR)