

今、私たちを取り巻く環境は、PM2.5やダイオキシンなどの環境ホルモン、PCB等の重金属、原発から漏れ出した放射性物質、電磁波などによって汚染され続けています。

加えて、私たちの体内環境も食品添加物や農薬、遺伝子組み換え食品等による複合汚染でまみれています。このような状況の中で生きる力を高めてくれるのが食生活の改善であり、時々プチ断食です。

自然豊かな奥会津で、体内にため込んだ老廃物をデトックスしませんか。体内を浄化することで細胞が喜び、心が軽くなり、どんな状況下でも生きていける勇気と自信が湧いてきます。

開催日 2019年6月28日(金)～6月30日(日)

会場 現地集合・現地解散

叶津番所

福島県 南会津郡只見町 叶津字居平456
TEL：0241-82-2407



- * 送迎あり (要予約)
別途バス代がかかります。
参加費と一緒に振込みください。
宇都宮駅往復 5,000円
(往)千葉駅・(復)宇都宮 7,500円
千葉駅は往路のみ運行です。

定員 40名

参加費 *ご入金をもって受付完了となります。
(宿泊費、研修費、酵素・ハーブドリンク代、保険代を含む)

大人 **48,000円** 子供 **25,000円** (小学生以上)

- * **お得な割引 46,000円**
早割 (4/30までにご入金)
ペア割 (2名以上でお申し込み)
福島県民割

お申し込み方法

件名に「奥会津プチ断食リトリート」とご記入の上、以下の内容をメールでお知らせください。

氏名、ふりがな、生年月日、性別、住所、電話番号、
持病がある方は症状・病名、送迎の有無 (希望駅)

kutsurogi-pc@nifty.com

*ご入金をもって、お申し込み完了となります。

お振込先 (申込期限 6/20)

ゆうちょ銀行 10050-77547921

名義：クツロギコウボウ

(他店から振込の場合)

店名店番：008 (ゼロゼロハチテン)

普通預金 7754792

*恐れ入りますが振込手数料はご負担ください。

*早割は期日までのご入金に適用。

送迎バスをご利用の方

お申し込みの際にご予約ください。
バス代は参加費と一緒に振込みください。
帰りの送迎は宇都宮駅のみになります。

(集合場所と時間)

AM7:00 JR千葉駅東口・ロータリー前 (往路のみ)

AM10:00 宇都宮駅

当日の緊急連絡先 090-9433-4022 (森山幹麗)

*帰りの送迎は宇都宮駅19時到着 (途中、道の駅にて1回休憩あり) を予定しておりますが、当日の交通事情により変わることがございます。飛行機・新幹線など公共の交通機関をご利用の場合は余裕をもった便を御予約ください。

キャンセルポリシー

*開催2週間前からキャンセル料が発生いたします。ご注意ください。

2週間前	20%
開催前日	50%
開催当日	100%

*お客様のご都合によるキャンセルの場合、ご返金金額は払い込み手数料を差し引いた金額となります。ご了承ください。

持ち物

動きやすい服装と歩きやすい靴、雨具、着替え、洗面道具、バスタオル、タオル、筆記用具、マイカップ、マイスプーン、マイ箸

バスタオル、ハンドタオル

(2日目の手当て法のワークで使用)

その他

*前日・当日(朝)のお食事は軽めもしくは、朝食がおすすめです。

*2日目の散策はご自身の体調に合わせ、沢歩きコース(初心者向け)か蒲生岳登山コース(体力がある方向け)をお選びください。

保険について

旅行保険に加入します。リトリート期間中、又はご自宅と会場の往復の際に事故やケガなどにあわれた場合は保険の対象となります。何か問題が起きた場合はご連絡ください。

会場までのアクセス

お車 [首都圏から]

- ・川口JCT→東北自動車道 約140km→西那須野塩原IC→国道400・121・289号線 約106km→只見町
- ・川口JCT→関越自動車道 約220km→小出IC→国道252号線 約60km→只見町

公共交通機関

- ・東京駅→上越新幹線 約90分→浦佐駅→JR上越線(各停) 約10分→小出駅→JR只見線(各停) 約80分→只見駅 <所要時間 約3時間15分>
- ・東京駅→東北新幹線 約80分→郡山駅→JR磐越西線(各停) 約80分→会津若松駅→JR只見線(各停) 約110分→会津川口駅→JR只見線代行バス→只見駅 <所要時間 約6時間20分>

