

基本スケジュール



オプション

ファスティング

リセット食

ヨガ

乗馬・エステ・セグウェイ

お食事の時間は決まっております。

ヨガのプログラム時間は決まっております。

初日



14:00  
チェックイン



14:00  
チェックイン



18:00  
夕食



19:00-19:45  
夜ヨガ

予約状況、お客様のスケジュールに合わせて時間を決めております。

滞在中



8:00  
朝食



12:00  
昼食 (弁当ランチ)



18:00  
夕食



7:15-8:00  
朝ヨガ



19:00-19:45  
夜ヨガ

最終日



8:00  
回復食



8:00  
朝食



10:00  
チェックアウト



10:00  
チェックアウト



7:15-8:00  
朝ヨガ

※日曜日と月曜日の夜ヨガは不定期開催となっております。

最終日の乗馬・エステ・セグウェイはご利用いただけません。