



癒やしの地・熊野で心も体も健康に

世界遺産 熊野古道を歩こう!

和歌山県

五感を使って楽しくウォーキング

みでは、
ウォーク参加費3000円(古道弁当付き)

世界遺産熊野の自然や歴史に触れながら、五感をたっぶり使って熊野古道のウォーキングを楽しみませんか。古道歩きと温泉、スタッフによる健康アドバースが好評の「熊野古道健康ウォーキング」。4、6月は左記の日程で行われます。

4月6日(日)は「熊野桜花見ウォーク」を実施。熊野本宮の名勝である桜並木と大峯奥駈道を歩きます。

6月には「熊野あじさい花見ウォーク」を実施。700本のアジサイを見ながらのウォーキングです。ほかにも、四季折々の自然をじかに体感できるコースが用意されています。気持ちいい気候の中、自然を感じながら、和歌山健康センター 熊野で健康ラボ

さらに、熊野古道の語り部が歴史や文化を解説。ウォーキングの後は、温泉に入ってアフターケアもばっちりできます。また、参加者には、地元で取れた旬の食材を使った「古道弁当」が付いています。

【申し込み・問い合わせ】
☎0735(42)0118
de-kenko.com/

【ホームページ】
<http://www.kumano-de-kenko.com/>

ことに自信がない人でも安心して楽しめます。

【申し込み・問い合わせ】
☎0735(42)0118
de-kenko.com/

<熊野古道健康ウォーキング>

4月	6日(日)	熊野桜花見ウォーク (七越峯森林公園) 5.0km
	13日(日)	大日越 3.4km
5月	3日(祝)	赤木越 5.9km
	4日(祝)	小雲取越 12.0km
	5日(祝)	小辺路(柳本橋~八木尾) 10.6km
6月	7日(土)	中辺路(発心門王子~ 熊野本宮大社) 6.9km
	8日(日)	熊野あじさい花見ウォーク (七越峯森林公園) 5.0km