

西沢渓谷散策 ヨガ×温泉で心と身体を整える



日帰りウェルネスツア-



POINT1 森と清流が始まる癒しの散策

森林セラピー基地・西沢渓谷を、ガイドの佐藤一亜喜さん（山梨市フィールドミュージアム 西沢渓谷ガイドの会会長）とともに歩きます。木漏れ日やせせらぎ、秋の空気を五感で感じながら、心と体をゆるめる癒しの時間を提供します。

POINT2 大自然ヨガセッション

渓谷の澄んだ空気を胸いっぱいに吸い込み、自然の音とともに心身を整える特別なひととき。指導は、ヨーガ療法の資格を持つ佐々木裕生子さん（大月ロバス村、やまなしウェルネスツーリズム推進協議会副会長）が担当します。



POINT3 絶景「一之釜」見学

釜とは滝壺のこと。一之釜は男滝・女滝・釜沢の滝から成る3つの滝の総称で、水の流れと岩の造形美を間近で堪能！



詳細・申込は
こちらから！

POINT4 名湯「はやぶさ温泉」

富士山のお膝元、大自然のミネラルをたっぷり含むアルカリ性単純泉。美容効果が高いといわれるやわらかな湯で旅の疲れを癒し、湯上がりにはぶどうサイダーとドーナツのご褒美も。



開催概要

開催日：2025年9月27日（土）/ 募集人数：15名
参加費：6,000円（昼食・体験プログラム・保険料が含まれます）
集合場所・時間：（車でお越しの方）山梨市役所 9:30集合
（電車でお越しの方）山梨市駅 10:00集合
備考：雨天決行 ※荒天時は中止となる場合があります。その場合は前日までにお知らせします。

主催：やまなしウェルネスツーリズム推進協議会

協力：西沢渓谷ガイドの会、健康科学大学 志茂聰教授、OvenBird BAKE&TEA、NPO法人まちづくり法人山梨タンク、甲府経済新聞

問合せ▶やまなしウェルネスツーリズム推進協議会 事務局
山梨県山梨市小原西843（山梨市役所 觀光課内）TEL：0553-22-1111（内線2147）
WEBサイト：<https://yamanashowellness.jp>