

その昔、宿場で栄えた木曾路中山道。
木曾の歴史文化と季節の草木花に触れる、魅力満載の

峠越えウォーキング!

木曾ヘルスツアーガイドと歩く 中山道宿場ウォーキング

馬籠宿－妻籠宿ウォーキング

参加費 4,500円税込 (ガイド料、お弁当代)
※移動に掛かるバス代・電車代は別途必要。

時間 9:50～16:00頃

定員 定員10名 (最少催行2名)

集合 9:50 中津川駅前集合

行程 9:50受付 (中津川駅前) …10:15路線バス移動…馬籠宿到着…健康チェック…ウォーキング出発…宿場内…馬籠峠越え…一石板立場茶屋 (昼食) …妻籠宿着…宿場散策…妻籠宿15:26発バス乗車…南木曾駅15:35着…解散
(その後↓の電車をご利用いただけます。)

◆中津川方面特急電車15:56発⇒中津川駅16:07着
◆木曾福島駅方面特急電車16:00発⇒木曾福島駅16:25着

藪原宿－奈良井宿ウォーキング

参加費 4,500円税込 (ガイド料、お弁当代)
※移動に掛かるバス代・電車代は別途必要。

時間 9:20～16:00頃

定員 定員10名 (最少催行2名)

集合 9:20 藪原駅前集合 (中央西線)

行程 9:20受付 (藪原駅前) …健康チェック…ウォーキング出発…村内…鳥居峠越え…峠頂上 (休憩) …奈良井宿着…宿場散策・昼食…解散
(その後↓の電車をご利用いただけます。)

◆中津川方面特急電車15:56発⇒中津川駅16:07着
◆木曾福島駅方面特急電車16:00発⇒木曾福島駅16:25着

中山道宿場ウォーキング
参加者限定プラン!!

開田高原 里山ウォーキング &リラクゼーション



森林浴

大自然の中、ウォーキングでストレス解消!
森林浴で心癒され、満たされる非日常を体感。

開催日 毎月第3日曜日
参加費 3,000円
時間 9:45～12:00

開催日	場所
5月19日(土)	藪原－奈良井
5月20日(日)	木曾町開田高原
7月21日(土)	藪原－奈良井
7月22日(日)	木曾町開田高原
9月15日(土)	藪原－奈良井
9月16日(日)	木曾町開田高原
11月17日(土)	藪原－奈良井
11月18日(日)	木曾町開田高原

木曾の旬の食材と
健康にこだわった
お弁当付き

開田高原健康
ウォーキング弁当

●お申込み・お問合せ●

木曾おんたけ健康ラボ

〒397-0301 長野県木曾町開田高原末川1899-4
TEL 0264-24-0870 FAX 0264-24-0871
E-mail info@ontakelabo.jp



～イベントについて～

◎こちらのイベントは小雨決行です。大雨や雷などの注意報または警報が出た場合は中止となる場合がございますのでご了承ください。
◎お申込み後、詳細案内を送らせていただきます。
◎天候によりコースや内容が変更になる場合がございます。