

埼玉県飯能市にある「竹寺」にてヨガを楽しみベジタリアン和食に名栗のラジウム温泉で日ごろの疲れを癒して下さい

( ^ ^ )

日時 2007年12月31日（月）大晦日 西武池袋線飯能駅 北口 9:00集合  
場所 竹寺 埼玉県飯能市南704 (042)977-0108  
♦行動予定 9:00 飯能駅集合 竹寺へ出発 ※マイカーで参加OK（タイヤチェーン用意）  
タクシー（乗り合い）で移動4500円弱（1人1200円弱）  
10:30 竹寺にて ダンによるアシュタンガヨガレッドラッスンスタート  
13:00 食事処「山の茶屋」へホテルバスで移動 ベジタリアンランチ  
☆食事後、ホテル「大松閣」にて名栗ラジウム温泉入浴 「大松閣」(042)979-0505  
※石鹼類揃っていますがタオルは有料になります。ご持参下さい。  
☆帰宅される方は14:40発、16:00発飯能駅行きバスをご利用下さい。  
☆宿泊される方は、洗面用具1式ご用意下さい。  
☆温泉後、ホテルバスで飯能市名栗村のコテージへ移動  
☆夕食は皆さんで買出し（けんちん汁、おにぎりを作る予定です）

初日の出を見に皆で登りをしましょう。名物 竹寺の精進料理をお楽しみ下さい。

♦行動予定 2008年1月1日元旦  
6:00 起床 竹寺まで山登り約50分（雨天中止）  
※トレッキングシューズがよいです。  
※体力に自信の無い方は、タクシーをご利用下さい。  
※朝晩は冷えますので暖かい服装をご用意下さい。  
7:30 竹寺にてダンによるマイソールスタート  
10:00 終了予定・・・ティータイム&フルーツ  
11:30 竹寺にて精進料理の「蕎麦御膳」  
コテージに戻り、その後自由行動 コテージ前からバスがあります。  
♦参加費 ☆食事代、入浴代、レッスン代（場所利用料）、諸経費 ※移動交通手段は含まれません  
(1)、31日参加 8,000円  
(2)、1泊2日参加 16,000円+貸し布団代（参加人数によって金額が変わります  
1500円～2000円弱 決定次第連絡します）

締め切りは12月10日まで。早めに予約を入れていただくと店の確保がしやすいので助かります！！

<企画発案者>

飯島久美子 090-5992-6716 ([in\\_the\\_green6@nifty.com](mailto:in_the_green6@nifty.com)) こちらにお申し込み下さい。  
平岩礼子 090-3903-8613 ([qpc446se9@citrus.ocn.ne.jp](mailto:qpc446se9@citrus.ocn.ne.jp)) ご意見、ご希望お待ちしております。  
※マイソール参加者で作る始めての企画ゆえ、至らない点が多々あるとは思いますがご了承下さい。