

ウエルネス・ステイ プラン内容・スケジュールのご案内

【1日目 (チェックイン日)】

チェックイン以降、プールと温泉がご利用いただけます。

- ・ 12:00～16:00の間に体組成計測定と説明 (30分程度)
※チェックイン15:00前でも、12:00～16:00の間であれば体組成測定は可能です。
- ・ 客室内にグッズ貸出:
ストレッチローラー・マッサージボール・セラバンド赤黄 各1枚
使用方法も同封しておりますのでぜひお使いください。



体組成測定



貸出グッズ一例

【2日目】

- ・ 7:20「えのすば」正面玄関集合
↓
島内ウォーキング約30～40分
(雨天時:クリニックにてマットエクササイズを実施)
- ・ 補食(味の素アミノエールゼリータイプロイシン40)と
ミネラルウォーターのペットボトルを提供



天気が良ければ
きれいな富士山を
望むことができます!



ウォーキングコース



- ・ 8:00 頃 ホテル前到着
- ・ 8:30 または 9:00 朝食(季節のスムージー付き)
- ・ ~11:00 チェックアウト
- ・ 11:30～12:00 アクアプログラム
- ・ 12:00～12:30 2F プールエリアにてフリータイム (※12:30で完全退出)

プログラムの後は、天然温泉をご利用いただけます。
疲れた身体をゆっくと休めましょう。

※プールは休業日となるため、アクアエクササイズ以外の時間帯は
利用できません。ご了承ください。



ウエルネス
コンディショニング
サービス
HPIはこちら!

お問い合わせ

0466-29-0708