

## 奥嵐山の調律養生

### <1日目>

- 14:30 チェックイン  
15:00 送迎船で本館へ  
15:40 聞香  
16:00 鍼灸の施術  
18:30 夕食

体質に合わせたアクティビティ

### <2日目>

自由な時間に起床し、朝粥を味わう

- 13:00 昼食「五行の調律膳」  
14:00 鍼灸の施術  
体質に合わせたアクティビティ  
入浴  
18:30 夕食

### <3日目>

- 5:15 朝のお勤め  
8:00 嵐峠の朝鍋  
10:00 鍼灸の施術  
11:30 聴香  
12:30 チェックアウト