



星のや沖縄
HOSHINOYA Okinawa

うりずん調眠滞在

<1日目>

3:00 PM	チェックイン
4:00 PM	ハーブティーを作る「ゆんたく庭めぐり」
5:00 PM	海辺での乗馬体験
7:00 PM	夕食「琉球ガストロノミア〜Belleza〜」（別料金）
9:30 PM	睡眠へと誘う「夜の調律深呼吸」
10:00 PM	クワンソウ茶で就寝前の身体をリラックス
10:30 PM	就寝



星のや沖縄
HOSHINOYA Okinawa

<2日目>

6:30 AM	起床/目覚めのハーブティー
7:00 AM	浜辺で朝日を感じる「朝日浴」
8:00 AM	朝食ダイニング「琉球朝食」
10:00 AM	アクアティックエクササイズ・浮遊浴
12:00 PM	客室での昼食「もずくそば」
2:30 PM	星のや沖縄スパで身体を癒す
7:00 PM	特別夕食「ゆし豆腐の鍋」
9:30 PM	睡眠へと誘う「夜の調律深呼吸」
10:00 PM	クワンソウ茶で就寝前の身体をリラックス
10:30 PM	就寝

<3日目>

6:30 AM	起床/目覚めのハーブティー
7:00 AM	浜辺で朝日を感じる「朝日浴」
8:00 AM	客室での朝食
12:00 PM	チェックアウト