

うりすん調眠滞在

<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

<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 クッ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