

深呼吸養生

<1日目>

- 03:00 PM チェックイン
04:00 PM プログラム説明、コンサルテーション
04:30 PM ボディリメイク
07:00 PM 夕食（インルームダイニング 豆乳鍋）
08:30 PM スパトリートメント（90分）

<2日目>

- 07:00 AM パワーウォーク（任意）
08:00 AM 深呼吸ストレッチ
09:20 AM 軽朝食
10:00 AM 香りのブレンド体験
12:00 PM 特別ランチ
02:15 PM 温泉入浴法のレクチャー
02:30 PM 貸切温泉
03:00 PM スパトリートメント
06:00 PM 夕食

<3日目>

- 06:45 AM 天空深呼吸（任意）
09:00 AM 朝食
11:00 AM アフターコンサルテーション
12:00 PM チェックアウト