

睡眠旅游项目

< 第1天 >

- 2:00 PM 諮詢與深呼吸溫泉入浴法講座
- 3:00 PM 入住登記及枕頭諮詢
- 6:00 PM 晚餐（另計）
- 9:00 PM 在冥想浴池中進行深呼吸入浴
- 10:30 PM 使用精選寢具入睡

< 第2天 >

- 7:00 AM 在日本料理 嘉助享用早餐「甦醒的早晨」
- 8:00 AM 伸展深呼吸
- 9:00 AM 在星野溫泉蜻蜓之湯泡湯
- 1:30 PM 野鳥森林自然觀察
- 6:00 PM 晚餐（另計）
- 8:00 PM 精油療程或針灸身體護理
- 10:00 PM 在冥想浴池中進行深呼吸入浴
- 10:30 PM 使用精選寢具入睡

< 第3天 >

- 7:00 AM 早餐（另計）
- 8:00 AM 伸展深呼吸
- 9:00 AM 在星野溫泉蜻蜓之湯泡湯
- 12:00 PM 退房