

## 島嶼時間療程

### < 第一天 >

- 3:00 PM 登記入住和填寫核對表
- 隨時 花園散步和插花
- 餓的時候 開胃酒之後，在 “Island Terroir” 餐廳享用晚餐
- 隨時 深呼吸和伸展運動
- 困倦時 睡覺

### < 第二天 >

- 餓的時候 早餐
- 水療護理
- 餓的時候 面条制作体验，午餐
- 隨時 竹富島村庄之旅
- 餓的時候 收割生命草、製作生命草鹽  
在客房 “海鮮涮涮鍋禦膳房” 用晚餐
- 困倦時 睡覺

## 島嶼時間療程

### < 第三天 >

餓的時候 早餐

水療護理

餓的時候 開胃酒之後，在 “Island Terroir ”餐廳享用晚餐

困倦時 睡覺

隨時 深呼吸和伸展運動

困倦時 睡覺

### < 第四天 >

餓的時候 早餐

水療護理

隨時 聆聽海灘上的海浪聲

12:00PM 填寫核對表和退房