

## タイ研修ツアーのご案内



祈りの儀式



タイ料理教室



素敵な宿泊施設



ハーブテントは毎日



オーガニックファーム  
50種類の学び



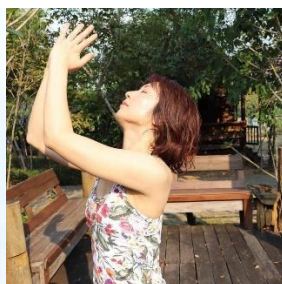
ハーブボールセルフケア

ハーブと祈りの旅 女子力 UP

チェンマイでロイクラトン&ハーブトリートツアー

研修 4泊5日

KAYOMI (坂井かよみ) & MIKI (松浦みき) のサポート付



<プロフェッショナル講師予定>

プロの料理人によるタイ料理講師

タイハーブロイヤルプロジェクト製品に関わる講師

※ロイヤルプロジェクトとは、タイ王国公認のオーガニックブランド製品のことで。

■日本人サポート講師

KAYOMI (坂井かよみ) MIKI (松浦みき)

現地オーガニックファーム担当 久米たかのり様

<ツアー日程>

2019年11月9日~13日 (4泊6日)

ツアー&講習 **138,791円 (税込)**

※飛行機代は含まれません 2019/7/末までにご予約の方のみ

8月以降～ 149,591円 (税込)

※ペア割引は継続します。5000円割引可能。

<ツアー代金> 内訳になります。

基本価格 41,591円 (税抜) 相部屋 (ツインまたはダブル) 限定4部屋  
ツインルームを1人でご使用になる場合は、追加料金4千円(4泊分)

<ツアー代金に含まれるもの>

- 1, タイハーブ教材費
- 2, タイ料理教室材料費・研修費
- 3, ハーブテント浴の材料費
- 4, チェンマイ空港と会場間の送迎
- 5, 宿泊費4泊 (個室または2人までの相部屋)
- 6, 朝4回昼3回 夜4回 (1回は料理教室)
- 7, 講習後に毎日一回のハーバルスチームサウナ可能
- 8, ロイクラトン送迎対応
- 9, 講習に伴うお土産 (初回特典)

※日本からチェンマイ空港への航空券代は含まれておりません。

■講習代金に含まれるもの

後日入金 (ハーブツアーYIM 講座) 108000円 (税込)

タイハーブマッサージ講座料

タイハーブに関わるワークショップ講師料及び材料費

毎朝のルーシーダットン講師料

リトリート企画料金

<定員> 遂行人数 6名

<施設のご案内>

baansaunhimdo (チェンマイ市内から車で約30分)

<https://baansaunhimdoi.wixsite.com/resort/facility>

ハーブスチームサウナ

宿泊の場所にデッキがございますのでそこでできないカリゾートと調整中

ダイニングエリア (食事スペース) 食事スペースがあります。

各種宿泊棟 全7棟 (4部屋は仮予約済みです)

1人部屋の場合お早めをお願いします。

着金により確定とさせていただきます。

<コース詳細>

地元の先生&KAYOMI（坂井かよみ）&MIKI（松浦みき/ルーシダットン）

ハーブリトリート講座（3日間）

- ・ハーブボール作り（現地の先生）・ハーブパッド作り・ハーブマッサージレッスン
- ・ハーブ座学カフェスペースにて（坂井担当の場合もあります）
- ・ハーブの採取やオーガニックファームの説明、
- ・フレッシュを使ったハーブボールの作り方と施術の組み合わせ、
- ・ハーブケアの体験と実践（スチームサウナ）
- ・ハーブやスパイスは50種類程度用意し皆様に紹介予定

・座学と実践 ※参加者の興味に沿って自由に進行します

タイ伝統医学や四元素について、

季節や年齢に合わせた食事やハーブの使い方、産後のケア、生理前の不調（PMS）・生理不順・子宮筋腫や子宮内膜症などの婦人科系トラブル・更年期などに対する考え方や対応、おすすめのハーブなど

2. M I K I（松浦みき）によるルーシダットン（毎日1時間）

- ・ルーシダットンの呼吸法と練習
- ・ルーシダットンエクササイズ

3. コムロイ・チェンマイ近郊観光ツアー（11/11 夜）

4. 夜は、希望により、マッサージを受けに行く（別途料金）、施設内でゆっくり過ごす・自由にお過ごしください。

※ 延泊、前泊される際に、休日オプションで利用可能なもの

（別途、追加料金発生）するものもございますのでお問い合わせください

■今回含まれている案内

1, コムロイツアー 送迎

2, チェンマイ空港送迎

3, チェンマイ市内のサタデー or サンデーマーケットへのショッピング送迎

その他チェンマイで行ってみたい、やってみたいことがあれば、お気軽にご相談ください。

■今回含まれない案内

ホテル内の別ドリンク注文

買い物ツアー内の飲食代金

※コース修了後は、薬草ケアスクールY I M発行の修了証書が発行されます。