

神戸方面から

阪神三宮駅

阪神本線快速急行・近鉄奈良行 2番線 10:17発

↓

近鉄生駒駅 11:35着

以下同様

霞ヶ丘 11:54着

7月4日（月）は16時終了予定、16時半解散です。

16:31、もしくは 17:11 霞ヶ丘発のケーブルがあります。
以下をご参照いただき、帰りのチケットをご購入ください。
特急をご利用されると（有料です）、15分ほど早くなります。

16:31発のケーブル

生駒駅 16:49着 → 京都 17:51着
→ 大阪 17:38着
→ 三宮 18:18着

17:11発のケーブル

生駒駅 17:29着 → 京都 18:33着
→ 大阪 18:08着
→ 三宮 18:58着

2、2日間のスケジュール

12:00 センター集合（早めにお越しいただいても大丈夫です。）

皆で昼食

14:00 ワークスタート

14:00～15:00 ウォームアップ

グループワーク①（回し絵）

体を感じるワーク・ボディーマップへのガイダンス

15:00～15:30 それぞれ、休憩をとりながら準備

15:30～18:00 ボディーマップ作成開始（前半）

18:15～19:15 夕食

19:30～21:00 火を囲んでのワーク

21:00～22:00 入浴、他 フリータイム

22:00～ 22:30. sleeping meditation

22:30～ 入浴、他 フリータイム（ボディーマップに取り組みたい方はどうぞ）

6:15 起床

6:30～7:30（メディテーション又は早朝ハイキング）

7:45～8:30 朝食

9:00～10:30 ワーク3（屋外）粘土のワーク

10:45～12:30 ボディーマップ仕上げ後、グループワーク2（粘土を配置した共同画1）

12:30～13:30 昼食

14:00～15:30 グループワーク3（共同画：自由に描く）・ボディーマップのシェア

15:30～16:00 クロージング

16:00～ 帰りの準備

おかえりのケーブル 16:31発 又は17:10発

上記はあくまで、予定なので、
ワークの進行次第で、時間割が変更になりますことをご了承ください。
終了時間の変更はありません。

3、お持ちいただくもの、お持ち帰りいただくもの

お着替え、寝巻き、洗面道具など（バスタオルとタオルは施設でご用意してさせていただきます）
汚れの気にならない服、歩きやすい靴でお越しください。

景色の見渡せる場所（屋外）にジャグジーがございます。水着などをお持ちいただければ、明るい時間帯でもお気軽に入っていただけます。

ハサミ、画材など、気に入って使っているものがあれば是非お持ちください。又、コラージュ用に雑誌などの切り抜き、気になる写真などがあれば、お持ちください。

作品は持ち帰り用に梱包いたしますが、90センチ長の筒上の形でお持ち帰りいただきますので、そのお心づもりをお願いいたします。

4、お知らせいただきたいこと

①生年月日と生まれ時間、生まれた場所（都道府県までで構いません）をお知らせください。

ホロスコープを作ってお渡しいたします。ホロスコープはご自身がもともと持っているパーソナリティーの要素や、人生のテーマなどの外観を掴むことができます。直観的な判断が必要な場合にも役立つツールです。

②ワークに参加するにあたって、もし通院中などの持病をお持ちの場合、前もってお聞かせください。こちらでも、対応に気をつけておきたいと思います。

又、食事などで、食べられないもの、アレルギーなどをお持ちの場合もお知らせください。

合宿中も体調不良などがあれば、随時、必ずお知らせください。

5、キャンセル代

キャンセルされた場合、以下の料金がかかってまいります。よろしく申し上げます。

6月27日まで 13,200円

6月27日～7月1日まで 16,500円

前日・当日 33,000円