

### 適度なウォーキングコース

市房山キャンプ場から市房山の2合目までを往復するコース。往復で1.7Kmと、適度な距離で歩けるコースとなっております。山道を歩くので、足元などに注意して楽しく歩きましょう。

### 健脚向けトレッキングコース

市房山キャンプ場から4合目の市房山神宮までを往復するコース。往復で約3時間半かかる、じっくりと歩くコースとなっております。市房杉のその大きさに圧巻されつつもその神秘的な雰囲気癒されて、山道を歩いた疲れも吹き飛ばしましょう。体力や体調などを考慮して、ご自分にあったコースをお申し込みください。

市房杉森林セラピー



セラピーという言葉は聞いたことはあるけれど、いったい何なのでしょう・・・

- ・聴く(鳥の声、小川のせせらぎ)
- ・触れる(千年杉のパワーを体感)
- ・見る(原生林、草花、野鳥観察)
- ・嗅ぐ(森の香りで深呼吸)
- ・味わう(セラピー弁当)

などを感じていただけます。

いつもの生活から少しだけ息抜きに森林セラピーを体験しませんか？

### 【料金】

**ガイド料5,000円**

各コース共通

※1名～7名まではこの料金のみいただきます。

(参加者お一人の料金ではありません)

※参加者が8名以上になると、1名につき1,500円をプラスしてください。

※セラピー弁当と温泉券付いていません。希望する方は別途料金がかかります。



お申し込み・お問い合わせは水上村観光協会まで。 TEL(0966)46-0800 FAX(0966)46-0808