

琵琶湖1周 サイクリングキャンプ

日時：8/4（木）～ 8/6（土） 2泊3日

内容：湖や山の雄大な景色を望みながら、一周サイクリング。

約210kmの道のり。達成感は格別です。

浜大津から反時計まわりに周回します。

宿泊：荒神山自然の家、琵琶湖こどもの国（テント泊）

定員：30名（最小遂行人数 8名）

※ 参加者が8名以下の場合は、中止といたします。

対象：小学校3年生以上（20インチ以上の自転車に乗れる）

集合・解散場所：JR 天王寺駅、JR 大阪駅

JR 大津駅まで電車移動します。



ウエルネス夏のイベントのご案内

夏休みの思い出づくりに、ちょっぴりハードな冒険はいかがでしょうか？

滋賀県びわ湖、兵庫県音水湖と2つの湖でのイベントを企画しました。

サイクリングは「のあっく自然学校」、カヌーは「音水湖カヌークラブ」と、どちらのイベントも経験豊富なインストラクターがプログラムを担当します。

もちろんウエルネススタッフもプログラムのサポートから、生活面のすべてをお世話させていただきます。

夏の冒険に、ぜひご参加ください！！

カヌーチャレンジキャンプ

日時：8/7（日）～8/8（月） 1泊2日

内容：専門インストラクターからパドルの使い方やカヌーの操作方法を学び、広大な湖を探検に出かけます。

場所：兵庫県宍粟郡 音水湖カヌークラブ・楓香荘

定員：30名（最小遂行人数 10名）

※ 参加者が10名以下の場合は、中止といたします。

対象：小学校3年生以上

集合・解散場所：JR 大阪駅、JR 三ノ宮駅

JRにて電車移動、JR 姫路駅よりバスにて移動します。



【びわこ1周 サイクリングキャンプ】

1日目	2日目	3日目
8:00 JR天王寺駅 集合 8:10 乗車	7:00 起床・朝食	7:00 起床・朝食
8:15 JR大阪駅 集合 8:48 乗車	9:00 びわこ1周スタート	9:00 びわこ1周スタート
10:00 浜大津スタート会場 到着	20:00 夕食・お風呂	16:00 完走！帰阪準備
12:00 昼食・びわこ1周スタート	21:00 就寝	17:15 JR大津駅 17:27 発乗車
20:00 夕食・お風呂		18:10 JR大阪駅 到着 解散
21:00 就寝		18:30 JR天王寺駅 到着 解散

※ 雷や強風などの天候により、琵琶湖を1周することができない可能性もございますので、あらかじめご了承ください。



【カヌーチャレンジキャンプ】

1日目	2日目
8:15 JR大阪駅 集合 8:45 発新快速乗車	7:00 起床・朝食
8:40 JR三宮駅 集合	9:30 カヌーレッスン② 広大な湖を探検します。
10:00 JR姫路駅 到着・バス乗車	11:30 終了・着替え
12:00 音水湖 到着・昼食・着替え	12:30 昼食
13:30 カヌーレッスン① インストラクターの指導のもと、操作方法を学びます。	14:00 バス乗車
17:00 宿舎着	15:30 JR姫路駅 到着 15:56 新快速乗車
19:00 夕食・お風呂（温泉です）	16:40 JR三宮駅 到着 解散
21:00 就寝	17:00 JR大阪駅 到着 解散

※ 雷や強風などの天候により、カヌー体験を中止にせざるを得ない判断を下すこともございますので、あらかじめご了承ください。その場合はプログラムを変更いたします。

◎申込み方法 申込み受付期間 2016年6月22日（水）～

- ◆ウエルネスホームページの「イベント申込み」をクリック、参加を希望されるイベントをクリックして必要事項をご記入の上、お申込みください。
- ◆ウエルネスホームページは、検索エンジンでウエルネスキッズとご入力いただくか、こちらのQRコードより ⇒⇒⇒



←ホームページへはこちらから。

◆定員になり次第締め切りとさせていただきます。お早めにお申し込みください。

◎お支払い

- ◆8月15日（月）に引き落としにて、参加費を徴収させていただきます。



◎キャンセル規定

- ◆下記のとおりキャンセル料が発生しますので、ご確認の上お申し込みください。
 出発日より換算して 20日前 参加費の10% / 10日前 参加費の20パーセント
 出発日の前日・当日 参加費の30%

◎お問合せ ウエルネス事務局 06-6433-3943