

熊野で健康ウォーキング

新しい健康づくりを熊野から発信

04 2006 WINTER [熊野健康村]

凜とした 冬熊野の魅力

いよいよ冬支度。実はこの季節は熊野古道ウォーキングにはおすすめのシーズンです。冬の熊野は澄んだ空気がいつもの風景をよりきれいに見せてくれます。歩く際には暖かくして、ゆつくり余裕のあるスケジュールを立てて、魅惑的な熊野を楽しんでください。

ウォーキングの後にはほっこり体を芯から温めてくれる温泉が欠かせません。川湯温泉に沸く天然露天の「仙人風呂」は2月末まで開湯しています。野趣あふれる温泉はまさに冬の名物。寝てべると満点の星空を仰ぎ見ることが出来ます。この季節ならではの楽しみ方で冬の熊野を堪能してみてください。



CONTENTS 2006 WINTER

- 1 おすすめ熊野古道コース
赤木越(赤木越分岐～湯の峰温泉)
- 2 熊野古道ウォーキングによる健康効果
- 3 健康のプロが熊野をご案内
熊野で健康ウォーキング・参加者募集中
- 4 熊野で健康ラボ 企画ウォーキング
- 5 熊野クチコミ隊が行く！
熊野健康村ニュース
- 6 編集後記／読者プレゼント

自然豊かな熊野の地から「健康」をキーワードに、ココロとカラダが元気になれる情報をお届けしていきます。ぜひこの冊子をもって熊野を訪れてください！

