

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

05 2007 SPRING [熊野健康村]

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!

熊野で地形療法 新緑きらめく

新緑息吹く季節が巡ってきました。
花の便り、悠久のロマンとともに、
みずみずしい新芽の息吹を肌で感じながら、
心も体もリフレッシュしてみませんか。
今回は熊野の地形・天候・気象など、
自然環境をフルに活用した「地形療法」をご紹介します。

CONTENTS

2. 熊野の子カラ地形療法 ①
3. 熊野古道ウォーキングによる健康効果 ⑤
4. 健康のプロが熊野をご案内
熊野で健康ウォーキング
6. 熊野セラピーヒーリングスポット
7. 熊野健康村ニュース