



スリランカ式・アーユルヴェーダとは
 サンスクリット語の「Ayuh(生命・寿命)」+「Veda(科学・知識)」=「生命の科学」を意味します。4000年以上前に仏教と共にインドからスリランカへ渡り、当時発展していたスリランカ伝統医療と融合され進化したものが「スリランカ式アーユルヴェーダ」。「肉体・心・精神」の3つを健康にし、よりよく生きることを目的としています。
 ※本来のアーユルヴェーダ・プログラムは、ドクターの問診により、個人の体質や体調にあったプログラム内容を決定します。

「スリランカ式アーユルヴェーダを体験したい！でもどこのホテル施設が良いの？」と迷われている方、「アーユルヴェーダも体験したいけど、せっかくスリランカに行くなら世界遺産も観光したい！」という方の為にピッタリ！なコースです。

ツアーのおすすめポイント！

- ★ スリランカに行くなら外せない**世界遺産「天空の宮殿・シギリヤ・ロック」**を訪問。
- ★ 3つのホテルに滞在。滞在ホテルにて、個性異なるアーユルヴェーダを体験！
- ★ 世界遺産の街キャンディでは**アーユルヴェーダアイテム**を豊富に扱うお店に立寄ります。
- ★ スリランカ式占星術をご希望の方は事前に別料金にて対応可能です（お問い合わせください）。

● 条件 ●

- 期間：2019年07月15日～10月31日泊までの現地3泊4日
- 食事：朝3回 / 昼3回 / 夕2回
- ガイド：日本語ガイド
- 最少催行人数：1名
- お申込期限：ご出発日の2週間前
- お支払方法：事前クレジットカード決済

● ホテル ●

*S/O...シャワーオンリー

日	宿泊地	Aプラン	Bプラン
1泊目	ネゴンボ	ジェットウィングアーユルヴェーダパビリオンズ *S/O	
2泊目	マータレー	アユピヤサ *S/O	
3泊目	シギリヤ	ホテル・シギリヤ *S/O	ジェットウィング・ヴィルウヤナ

● ツアー代金 ●

参加人数	Aプラン	Bプラン
2名1室	USD 510	USD 530
1名1室	USD 820	USD 840

時間	スケジュール
1 夜	コロンボ国際空港へ到着 日本語ドライバーがお待ちしております。 ホテルへ移動 [40分] 空港へ到着 〔宿泊〕ネゴンボ〔食事〕：朝:X 昼:X 夕:X
2 AM PM	★ 本格アーユルヴェーダ体験①★ モーニング・ヨガ 問診 ※日本語通訳有 +トリートメント[2.0時間] アーユルヴェーダ食(朝・昼) キャンディへ移動 [4.0-4.5時間] 買物&観光 世界遺産:キャンディ ●アーユルヴェーダグッズ・ショップ/宝石店 ●仏歯寺 ホテルへ移動 ホテルへ到着/ホテルにて夕食 宿泊：マータレー (食事：朝:0 昼:0 夕:0)
3 AM PM	★ 本格アーユルヴェーダ体験②★ モーニング・ヨガ 問診 ※日本語通訳有 +トリートメント[2.0時間] シギリヤへ移動[2.5時間] ※昼食は車中にて(ランチパック) 買物: シルク・ショップ/スーパーマーケット 観光 世界遺産:シギリヤ・ロック [2.0-2.5時間] ホテルへ移動 ホテルへ到着/ホテルにて夕食 宿泊：シギリヤ (食事：朝:0 昼:0 夕:0)
4 AM PM	★ 本格アーユルヴェーダ体験③★ 問診※日本語通訳有+トリートメント[1.0時間] 空港へ移動[4.5時間] 空港へ到着 コロンボ国際空港を出発 宿泊：機中泊 (食事：朝:0 昼:0 夕:X)

キャンペーン協力パートナーホテル



「スリランカ応援への感謝を込めて～Thank you キャンペーンツアー～」のお問い合わせは

ジェットウィング・トラベルズ-コロンボ本社 E-mail : makiko@jetwing.lk / kimura@jetwing.lk