



心の底から癒されてみませんか！？

南アルプスユネスコエコパークで

山サイクリング&森林ヨガ

ヨガ教室で参加！講師なしコース

体験料金

おひとり様

2,000円

※電動自転車レンタル料・保険料・弁当代含む

(ヨガマットはご用意致します)

運動に適した服装・靴・レインコートをご用意ください！
山道（最大傾斜7.5度）を電動自転車で登れる中学生以上の方が対象です！

追加料金で超小型EVやタクシーでの移動が可能です。

実施期間

6月～9月

(熱中症にご注意ください)

定員

8人程度/各日

(最少催行人数4名)

伊奈ヶ湖でヨガ体験

森林の中でのヨガやピクニックで心も体もリフレッシュ！！



CMのロケで使用されるなど緑がきれいな穴場のスポットです。

電動自転車でさわやかな汗をかきながら巡ります！



伊奈ヶ湖は標高890m付近にある木立に囲まれた静かな湖です。
森林浴をすることで身体の免疫力が上がり、血圧が低下するなどの効果があると言われています。



フルーツ狩り（追加料金）



追加料金（2,000円/40分、採れるフルーツにより異なります）でフルーツ狩りも体験できます！
フルーツ王国山梨でも、特に多くの品種がそろう南アルプスで、完熟のフルーツを堪能しませんか？
時期によって異なる味を楽しめます！

申込・問合せ先



南アルプスゲートウェイ

〒400-0221 山梨県南アルプス市在家塚992-1

Tel : 055-269-5681 Fax : 055-269-5683

Mail : minami-alps@oriconsul.com

http://minamialps-gateway.com/

電話受付時間：9:00～17:00（月曜日を除く）

私たちは南アルプスユネスコエコパークで活動しています



詳しいお問い合わせや申し込みは、こちらまでお願いします！

スケジュール＜目安＞

～10:30	南アルプスゲートウェイ 集合・受付 ＜移動手段：電動自転車＞
12:00～13:00	森林ヨガ
13:00～14:00	ピクニック(弁当・お茶付)
14:50～15:30	フルーツ狩り(追加料金)

補足事項

- ・お申し込みは開催日の1週間前までをお願いいたします。
 - ・お申込み順にて定員になり次第締め切らせていただきます。
 - ・キャンセルしたい方は2日前までにご連絡下さい。
- (キャンセル料：前日50%、当日100%)
- ・参加費用は、当日現金でお支払ください。
 - ・雨天は中止とさせていただきます。
 - ・急遽雨が降った際は屋内で実施します。
- (+500円をお支払いいただきます。)

空いた時間はJA こま野直売所でお土産購入



高速バスまでの空き時間は、JAで新鮮な旬の農産物を購入することができます。

市内の移動は電動自転車で！



市内は電動自転車で移動します。

おすすめスポット

やまなみの湯(温泉)



所要時間(車) 16分

住所：〒400-0411
山梨県南アルプス市西南湖1299-1
TEL:055-280-3340
定休日：毎月第2・4水曜日



やまなみの湯

ちょっと時間が出来たら・・・温泉・スイーツ・歴史巡り等も楽しめます！

アニースカフェ



所要時間(車) 7分

住所：〒400-0211
山梨県南アルプス市 457 プラザかいこくばし1F
TEL:055-284-5232
定休日：月曜日



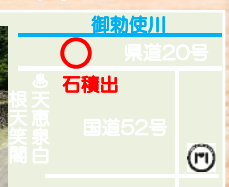
アニース
カフェ

石積出【国指定遺跡】



所要時間(車) 15分

住所：〒400-0226
山梨県南アルプス市有野2491付近



御勅使川
石積出

お得な情報！！

南アルプス市へは高速バスで！



新宿から2時間20分



2人乗りも登場！



免許がない方は



グループの方・運転が苦手な方は

エコ
ツーリズム

フルーツ狩り、アウトドア、歴史探訪、ヨガ体験、癒しの風景など、楽しさ満載！

路線・最寄停留所

●新宿～身延線

最寄停留所：「白根IC西」

補助きっぷに
よる割引あり

新宿発

着

市内散策

発

新宿着

7:45

10:03

14:13

16:31

9:45

12:03

16:13

18:31

18:13

20:31

超小型モビリティ
・電動自転車・タ
クシー

●新宿～南アルプス市線

＜南アルプスエコパークライナー＞

最寄停留所：「飯野上宿」

期間限定！
片道1000円
の助成あり

8:00

10:20

16:08

18:28

最寄停留所：「南アルプス消防署」

8:00

10:15

タクシー

16:13

18:28

※高速バスのご予約は、ハイウェイバスドットコム(インターネット)、京王高速バス予約センターまたは甲府電話予約センター(電話)、割引申請は南アルプス市観光協会まで！

*：平成28年5月1日～9月30日