

# 京都光華女子大学バリ島ヨガWell-Being研修

2024年8月17日（土）～8月31日（土） 13泊15日

8月17日	20：40 関西国際空港出発 HX613 HX707 機内にて宿泊	
18日	07：05 デンパサール ングラライ国際空港到着 ・各ホームステイへ移動（日本語ガイドによる送迎） ・サヌールの街並みを探索、生活必需品の買い出しなど ・サヌールの夜市体験 ・希望者はヨガ体験（有料）	 
19日	7：30 ビーチでのフリーヨガ （毎日無料で開催） 11：00ウダヤナ大学の学生との交流会 Fakultas Ilmu Budaya Universitas Udayana クラブタクシーで各自大学に集合 Monumen Bajra Sandhiに見学 昼食付	 
20日	7：30 ビーチでのフリーヨガ 10：30出発 観光 ・天然塩作りを見る ・スベアリブバーベキューのランチ ・ゴアガジャ	 
21日	7：30 ビーチでのフリーヨガ	
22日	7：30 ビーチでのフリーヨガ 16：00～18：00 ガムラン演奏体験 各自タクシーで移動 ※場所はLINEで共有します 軽い夕食付	
23日	ウブド観光 ・前年度は3グループに分かれて行動 ・バリ島伝統舞踊ケチャダンス鑑賞	

24日	<p>7:30 ビーチでのフリーヨガ</p> <p>10:30バリ料理作り体験</p>			
25日	<p>7:30 ビーチでのフリーヨガ</p> <p>10:30バリ島のお供え物づくり体験 (次の日のお参りに使う)</p> <p>バリの家庭料理の試食 (昼食)</p> <p>※場所はLINEで共有します</p>			
26日	<p>9:30 出発</p> <p>クバヤを着用</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・沐浴体験</li> </ul>			
27日	<p>7:30 ビーチでのフリーヨガ</p> <p>15:00頃 (未定) 孤児院訪問 (タクシーで現地集合)</p>			
28日	<p>希望者はマリンスポーツ体験</p> <p>ラフティング体験など</p>			
29日	7:30 ビーチでのフリーヨガ			
30日	7:30 ビーチでのフリーヨガ			
31日	<p>8:15 デンパサル空港出発</p> <p>19:40 関西国際空港着</p>			