



クアオルト健康ウォーキング

山形・かみのやま温泉

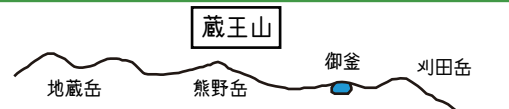
そらいろ 空色ウォーキング 10:00~12:00

くれいろ 暮色ウォーキング 14:00~16:00

かみのやま温泉は“心と体がうるおう健康保養地”です。
豊かな自然の中でのウォーキングや温泉、おいしい食事を食べながら、
体に優しい体験を楽しみませんか？

◆◆ 空色・暮色ウォーキング（クアオルト健康ウォーキング）◆◆

午前または午後のひとときを里山で楽しむ、頑張らないウォーキング！
木漏れ日の森の中で「気候性地形療法ウォーキング」を体験。春・秋は温泉街からほど近い「西山コース」、
夏は標高1,000メートルの高原で高山植物や森林浴が楽しめる「蔵王高原坊平コース」、冬は花咲山展望台からの
絶景が楽しめる「葉山コース」を専門ガイドと一緒に歩きます。



ガイド料金：お一人様 3,000円/税込（小学生以上）
※未就学児の方は300円/1人 ※中学生以下は保護者同伴

- ・ウォーキングのお申込みは2名様以上、前日15時までの受付です。
- ・お支払いはウォーキング開始前までに“かみのやま温泉観光案内所”（駅前）にてお済ませください。

取消料について	前日15時まで	前日15時以降当日
	無料	100%

持ち物：飲み物やタオル、日除けの帽子など
服装：動きやすい服、運動やウォーキングに適した靴

- 【春：4/1～6/30】西山コース
- 【夏：7/1～10/20】蔵王高原坊平コース
- 【秋：10/21～12/29】西山コース
- 【冬：1/4～3/31】葉山コース



【春】・【秋】：西山コース

【夏】：蔵王高原坊平コース

【冬】：葉山コース



集合場所：上山城かかし茶屋
駅から徒歩10分



集合場所：ZAOたいらぐら
駅から車で約30分



集合場所：葉山温泉入り口看板
駅から徒歩25分

カラダが喜ぶプログラム

おすすめの滞在スケジュール

1日目

出発各地	かみのやま温泉着
14:00-16:00	暮色（くれいろ）ウォーキング※ ＜専門ガイド付き＞
または フリータイム	上山城や武家屋敷のまち歩き、 ワイナリー巡り、フルーツ狩りなど
夕食	クアオルト料理をお楽しみください
	各宿泊施設泊

※暮色・空色ウォーキングは時間帯が異なるだけで、内容は同じです。
詳しくは上山市観光物産協会のHPをご覧ください。
<http://kaminoyama-spa.com/>

2日目

朝食	やまがた朝ごはんをお楽しみください
10:00-12:00	空色（そらいろ）ウォーキング※ ＜専門ガイド付き＞
または フリータイム	上山城や武家屋敷のまち歩き、 ワイナリー巡り、フルーツ狩りなど
昼食	山形名物のお蕎麦やラーメン、こんにやく懐石などのランチをどうぞ！
フリータイム	山形土産の買い忘れはありませんか？
かみのやま温泉発	到着各地

【お問い合わせ・お申込み】

一般社団法人 上山市観光物産協会

☎023-672-0839 FAX023-673-3622 営業時間9:00～17:00 〒999-3134山形県上山市矢来1-2-1
山形県知事登録旅行業第1-2-2号 全国旅行業協会正会員 国内旅行業務取扱管理者/油井紀子