

インド政府公認 Certificate 発行
「アーユルヴェーダ トレーニング 8日間」
～アーユルヴェーダ Dr による治療の実践～



旅行期間：2019年10月11日（金）～ 10月18日（土）8日間

目的地：南インド（チェンナイ）

利用航空会社：CX キャセイパシフィック航空

旅行代金：469,000 円

利用予定ホテル：タージ・クラブハウス（5スター）または同等クラス

添乗員：現地インド人日本語通訳ガイドがお世話致します。

① 上記旅行費用に含まれるもの（旅行費用 計469000円）

新東京国際空港を発着する往復国際航空券（エコノミークラス）

インド国内送迎専用車（ドライバー含）、ホテル宿泊費7泊、日本語通訳ガイド1名

食事：朝食 6回 昼食6回 夕食6回、アーユルヴェーダトレーニング費、
政府認定ディプロマ発行料

② ご旅行費用に含まれないもの（税など諸経費 計27550円）

インド出入国税・空港施設使用料・航空安全保険料及び燃油サーチャージ、

日本国内における各出発空港までの交通費・宿泊費・その他個人的費用・手荷物超過料金障
害疾病に係わる医療費海外旅行障害保険料など

※インドはビザが必要になります。ご本人で申請いただくか、代行申請も承れます。その際は申請料+代行手数料 8640 円、
パスポート（残存有効期限6か月以上のもの）写真（5×5cm（顔サイズ2.5～3.5cm）背景白色）1枚が必要となります。

※お申し込みは別紙申込書に必要事項をご記入いただき、パスポートのコピーと一緒に郵送ください。また旅行代金は

① 円+②税他 円を指定口座へお振込みください。事前にお申込金をお振込みくださいました方は
合計代金より差引いていただきお振込みお願いいたします。

お支払先：三菱UFJ銀行 千葉支店 普0923464 ロパナ

現地旅行会社 JOTSNA

El MorningGlory, VictoriaGardenApartment, No. 1AirforceStationRoad, TambaramEast, Chennai 600 059

✉radhika@jotsna.com ☎91-9840038266

企画・お問合せ (株)ROPANA JAPAN

〒264-0026 千葉市若葉区西都賀 2-6-1

✉info@ropana.co.jp ☎043-285-0687

日程表

アーユルヴェーダトレーニング6日間

日	月(曜)日	都市名	時間	交通期間	摘要	食事
1	10月11日 (金)	新東京国際空港 (成田) 発 香港 着 香港 発 チェンナイ着	14:45 18:40 21:20 00:10	CX 527便 CX 631便	成田空港より、キャセイパシフィック航空にて空路香港へ 世界最大規模の香港空港にて搭乗時間まで自由なお時間をお過ごしください。 香港空港より、南インドで最も賑わう港町チェンナイへチェンナイ到着後市内の5スターホテルへ	朝: 昼:機 夕:機
2	10月12日	外出時は 専用車利用	各自	各日「ホテル朝食」 淹れたてコーヒーと焼立てブレッドで優雅なひとときを・・・ 勿論本格チャイや伝統的な南インドの朝食も用意されています	各日「アーユルヴェーダDrによる治療の実践」 午前「実習・講義」※初日のみ11:00～ ランチ「ホテルランチ」 アーユルヴェーディックな優しいお料理で脳とココロをリセット 午後の講義へ 午後「実習・講義」 【講義】 ・脈診について ・ダートウ・スロータス・アグニについて ・パンチャカルマについて ・アーユルヴェーダハーブの効果・効能 【実習】 ・ディナチャリナ/日常の処方箋 タルパナ ナスヤ ほか ・マルマポイントについて ・スネハナ/油剤法 バスティ(カティ・グリーン・ジャヌ) ダーラ(シロ・クシ)の種類と方法、オイル・ハーブ等の選択 ・スヴェーダナ/発汗法 スチーム キリ(エラ・ナバラ) ピリチリ の種類と方法、オイル・ハーブ等の選択 各日「ディナー(またはホテルディナー)&ショッピング」 伝統的な南インド料理、本場の北インド料理、お洒落なアジア料理をお楽しみいただきます。 ☆ショッピング:インドはシルクやコットン、ハーブやスパイスなどが有名。活気あふれる下町バザール～都会的なショッピングモールでのお買い物をお楽しみください。	全日 3食付 朝:○ 昼:○ 夕:○
3	10月13日		10:00～ 12:30			
4	10月14日		13:00～ 14:00			
5	10月15日		14:30～ 18:30			
6	10月16日		19:00～			
7	10月17日		19:00～			
8	10月18日 (金)		チェンナイ発 香港 着 香港 発 新国際空港(成田)着	01:40 09:40 10:35 16:05		

インド初渡印でも安心
インド通日本人、現地日本語通訳ガイド・専用送迎車付

インドの伝統的な
5☆スターホテルで
安心・安全ゆったりステイ

日程は交通状況、天候、施設などの都合により変更になる場合がございます、ご了承ください。