

～令和元年～ 自然精神性を高めて新しい時代へ



女神の森リゾートキャンプ

～ 100年美しくあるための生活習慣を体験する ～

【東京マスター認定講座】

10月5日(土)～6日(日) 11月2日(土)～3日(日)

100年時代をより美しく健やかに生きることをテーマに、標高1000mの八ヶ岳にある「女神の森」で「楽しく」「仲間と」「精神性を磨く時間」をキーワードに、優雅な宿泊施設で人生学を学び、自然豊かな環境でウォーキングをしながら、「アスリートウォーキング®マスター認定資格」の取得を2泊3日のキャンプでスタートします。

2019年9月7日(土)～9日(月)

場所：山梨県北杜市小淵沢町2972 女神の森ウェルネスガーデン



一般社団法人 日本アスリートウォーキング協会

東京本部 〒141-0001 東京都品川区北品川5-5-15 大崎プライトコア 4階SHIP
福岡支部 〒812-0853 福岡市博多区東平尾2-2-50-405
Tel&Fax : 092-776-2676 URL : <http://www.a-walk.or.jp>

女神の森リゾートキャンプ

- ・アスリートウォーキング® マスター認定資格取得
- ・標高1000メートル、最良の環境で学ぶ3日間
- ・体・脳・心+呼吸を向上させる
- ・最高の生活習慣を体験する
- ・マインドフルネス体験
- ・仲間と化学反応を起こす

Time Schedule

※天候など状況によりスケジュールを入れ替えることがあります

Day 1

- 13:00 小淵沢駅
- 13:20 女神の森到着 (送迎あり)
- 13:30 オリエンテーション・施設案内
- 15:00 マスター認定講座①
- 17:30 終了
- 18:00 チェックイン
- 19:00 夕食
- 21:00 終了



Day 2

- 5:00 起床 (オススメ)
- 6:00 アスリートウォーキング®
(雨天の際は施設内にて)
- 7:00 朝の日光浴
- 8:00 朝食
- 9:00 マスター認定講座②
- 12:00 昼食
- 13:00 無農薬農園での収穫体験
- 14:30 マスター認定講座③
- 18:00 終了
- 19:00 夕食
- 20:30 終了
- 22:00 就寝 (オススメ)

Beauty & Health Forest

Day 3

- 5:00 起床 (オススメ)
- 6:00 アスリートウォーキング®
- 7:00 朝の日光浴
- 8:00 朝食
- 9:00 チェックアウト
- 10:00 マスター認定講座④
- 12:00 昼食
- 13:30 終了・解散後フリータイム
(近くに星野リゾートリゾナーレ八ヶ岳や温泉施設あり)
小淵沢駅および近隣施設への送迎あり

※各日、天候など状況によりスケジュールを入れ替えることがあります。



● 本日ご参加くださった目的や、きっかけ、興味をお持ちになった点をお聞かせください。
以前より聞いて知っていた「女神の森」へ来ることができたため、

東京都 40代 女性 HC様

● ご参加された感想をお聞かせください。
ほぼ初対面の方でも不安でしたが同じ学びを求めて集まった仲間、皆優しく受け入れて下さり、本当に来てよかったと感じました。
● 本日の講座で良かった点、印象に残っている点をお聞かせください。
皆と意見を交換し合うグループワークを行い、自分と違、下考の方と触れ、新たな気づきがありました。1人では生まれたい化学反応に感謝です！
● 今後のご要望点、お気づきの点、また講師へのメッセージをぜひ
「女神の森」という素晴らしい環境で学べた事に感謝！ぜひありがとうございます。

● 本日ご参加くださった目的や、きっかけ、興味をお持ちになった点をお聞かせください。
アスリートウォーキングに出会って約2年、自分にとっては何となく存在していた、ゆるゆる色んな事を学びたくて行っていた。この原因、自分自身にはまだアスリートは嫌いな？と悩んでいた。悩んでいるうちに決意して正解！これは素晴らしい場所だ、おもしろい物食べて、素晴らしい仲間に出会い、恐らくコンビニが得られないものを得られたのでは？と感じました。

兵庫県 40代 女性 MN様

● 本日の講座で良かった点、印象に残っている点をお聞かせください。
一日の大切さ、この中で昨日の自分よりも今日の自分に少しでも変化をかけることに力をつけるのがいい。これに感謝と目標をつかう。
● 今後のご要望点、お気づきの点、また講師へのメッセージをぜひ
じゅんじゅんポイントでその事を学びたい。これこそがこれだという(気持ち)が溢れる。時間が足りなく感じました(笑)でも毎回楽しいです。このレベルの姿勢に惹かれるのであります。

● 本日ご参加くださった目的や、きっかけ、興味をお持ちになった点をお聞かせください。
マスター講座の再受講にです。女神の森、という特別な環境での開催で農場見学もできるということ、又全国の認定講師と交流ができるということに参加しました。

福岡県 30代 女性 UN様

● ご参加された感想をお聞かせください。
特別な環境で研修は学習意欲も高まりました。特別な環境では協会の思いが伝わり、温かい気持ちになりました。オフ会DVDでは協会の思いが伝わり、温かい気持ちになりました。
● 今後のご要望点、お気づきの点、また講師へのメッセージをぜひ
代表理事をはじめ、運営、認定講師の皆様への準備サポートがより素敵な研修を体験することができました。ありがとうございます。今後の学び会に感謝です。今後ともよろしくお願いいたします。

