

Mariko Yoga Retreat Tour @Vancouver



グランビルアイランド



スタンレーパーク



ガスタウン



ロブソン通り

6/4

Thu

AC4便 (予定)	出国審査後、空路バンクーバーへ --- 日付変更線通過 --- 到着後、入国手続き 専用車で滞在先のホテルへ移動
13:30-	IGAスーパーなどに買い出しツアー ※希望者のみ 滞在時の諸注意/公共交通機関の乗車方法など生活オリエンテーション
17:00-	旅疲れ・時差ボケ対策用ヨガ
19:00-	レストランにて決起会 (Mariko/Tomoya/Aya参加) @バンクーバーらしい雰囲気のレストランにて

6/5

Fri

8:30-	朝 Mariko ヨガ
10:00-	グランビルアイランド散策・ランチ
14:00-	スタンレーパークサイクリング 公園内で瞑想やヨガ
17:00-	自由行動

6/6

Sat

8:30-	朝 Mariko ヨガ (シーサイドを20~30分散策後 Stadium駅周辺の芝生エリアで)
11:30-	中華料理名店で飲茶ランチ体験
14:00-	ダウンタウンツアー・散策・買い物 (ガスタウン・ロブソン通り・パシフィックモール・ルルレモン etc)
16:00-	バレトン (終了後、自由行動)

6/7

Sun

10:30-	リンキャニオンでハイキング Mariko 瞑想&ヨガアクティビティ
13:00-	ロンズデールキーマーケット散策・ランチ休憩・自由行動
16:00-	ダウンタウン観光 (コールハーバー・カナダブレイス) その場で解散、自由行動

6/8

Mon

AM	現地ヨガレッスン体験 (Power系/ゆっくり目ヨガで2グループに分ける)
13:00-	キツラノ散策 ランチやカフェなど自由行動 キツラノビーチで瞑想・ヨガ
17:00 ~ 19:30	イェールタウンDavid Lam Parkで 30分運動系の公園アクティビティ BBQお別れパーティ (Menu: 北米のハンバーガーBBQ)

6/9

Tue

朝	朝 Mariko ヨガ
AC3便 (予定)	専用車でバンクーバー国際空港へ 出国審査後、空路日本へ --- 日付変更線を越える ---

6/10

Wed

	日本到着 入国手続き後、解散
--	-------------------



リンキャニオン



ロンズデールキーマーケット



キツラノ

Vancouverってどんなところ？

「世界一住みやすい都市」ナンバー1に何度も選ばれた、自然と都市が調和する美しいカナダ西部玄関口。

健康への意識も高く、街にはたくさんのヨガスタジオやオーガニック店などが並びます。

日本より緯度が高いため6月は夜10時を過ぎても明るく、湿度も低いため過ごしやすい日々が続きます。

