

猿ヶ京えんて!!

SARUGAKYO ENDE

「えんて」とは「歩いて」という意味の群馬弁です。
猿ヶ京・赤谷湖畔をゆっくり「えんて」、
心身ともにリフレッシュしましょう。

【8つのプログラム】

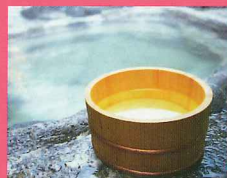
猿ヶ京えんてでは、
ウォーキングをはじめとした
8つのプログラムをご用意
しています。

猿ヶ京で
ストレス
を
あ
る
い
て
発
見

温泉でも
めっきり
出来るよ!

大自然で
ストレス発
散
しよう!

温泉と民話と自然の中で心身ともにリフレッシュ!
癒しと素敵な体験をご堪能ください。



猿ヶ京温泉



民話の語り



カヌー



農作業体験

東京から2時間以内

猿ヶ京
SARUGAKYO

MINAKAMI
GUNMA

お車をご利用のお客様

東京 練馬 I.C. 90分 関越自動車道 月夜野 I.C. 20分 国道17号 猿ヶ京

電車をご利用のお客様

東京駅 上越新幹線 最短66分 上毛高原駅 35分 バス 猿ヶ京

猿ヶ京ウォーキング・メンタルアップ事業

主催:猿ヶ京温泉やど倶楽部
お問合せ:猿ヶ京温泉観光情報協会 [TEL]0278-25-4777

猿ヶ京えんで!!

「えんで」とは?

「えんで」=「歩いて」

「えんで」という言葉は群馬の方言で「歩いて」という意味です。

猿ヶ京の大自然の中を歩きながら、澄んだ空気の中で呼吸し、百名山谷川岳に連なる山々に囲まれ心身ともにリフレッシュしていただくことを目指しています。

そして、何といても猿ヶ京の最大の魅力は温泉です。

ウォーキングと合わせて温泉にゆったりと浸かり日頃の疲れを癒してください。

猿ヶ京えんでの流れ

① プログラム実施前に簡易ストレスチェックを受けます。

② 次のプログラムから体験したいものをお選びください。(複数お選びいただくことも可能です)

ウォーキング 体験コース 【所要時間】 30分～60分 温泉内を森林浴。	レイクスポート 体験コース 【所要時間】 60分～120分 赤谷湖で カヤック・SUPなど。	自然文化ガイド ツアーコース 【所要時間】 30分～60分 自然観察・歴史文化 ガイドツアー。	野菜収穫 体験コース 【所要時間】 60分 まんてんファームで 野菜収穫。	民話の語り 体験コース 【所要時間】 30分～45分 地元の民話の 語り。	温泉入浴 コース 【所要時間】 60分～120分 美肌の湯に ご入浴。	シャムパー コース 【所要時間】 15分～30分 地元理髪店で シャムパーリフレッシュ。	ホテル 鑑賞コース 【所要時間】 120分 天空ホテルご案内。
--	---	--	--	--	--	---	---

お問合せ:猿ヶ京温泉観光情報協会【TEL】0278-25-4777

③ プログラム実施後に簡易ストレスチェックを受けます。ご自分のストレスレベルをご確認ください。

④ ストレス認定書を交付します。

⑤ それぞれの施設で旬の地の野菜や米で拵える食事を取りリラックス。

ストレス認定書

「猿ヶ京えんで」に、ご参加いただいた皆様方には
もれなく、あるッパ・あゆっきーのイラスト入り
認定書を贈呈します。



プログラムは有料です。料金は各施設にお問い合わせください。

猿ヶ京温泉について

猿ヶ京温泉は56.5度の硫酸塩泉で無色透明です。高血圧、動脈硬化症、リウマチ性疾患、痛風、尿酸素質、創傷などに効果があります。ウォーキングの前後には猿ヶ京温泉でゆっくりとお寛ぎください。



簡単ストレスチェックについて



ウォーキングの前後にはストレスチェックを実施。たったの60秒の簡単なチェックであなたのストレスレベルが測定できます。ストレスレベルを数値で確認することで「猿ヶ京えんで」のリラックス効果を実感してください。

猿ヶ京のゆかいな仲間

あるッパ



谷川岳のようにでっかい男になりたいカップの「あるッパ」と
花のようにかわいくなりたいたさの「あゆっきー」

お気に入りの帽子を深々とかぶり過ぎ、猿ヶ京の豊かな自然を楽しく歩きます。

あゆっきー

