



ローフード & ヨガ 聖なる島のリトリート in 久高島

バリ、日本をはじめ、世界で活躍する
ローフードシェフ・田中さゆりが
沖縄『神の島・久高島』で初のリトリート開催！
“you are what you eat”この言葉の持つ
「食べ物はその人となりである」を信念に、
自然界から頂いた命・食物を通して、自らが
内なる真実の愛を表現できるよう、
食を通じた自分探しの旅途中である。
2泊3日のリトリートでは、ここでしか味わえない
彼女の『愛』の表現で満たされることでしょう。



田中さゆり :
リトリートシェフ&ローフード講師
バリにてローフードカフェSayuri
Heealing Foodを経営。
リトリートシェフ又、講師として世界中
で活躍するとともに、バリにて定期的に
ローシェフトレーニングを企画する。
www.balirawchef.com
www.sayurihealingfood.com

講座のみ受講
① 7/1 Sat
ローフードランチ
&デザート
13:30~16:00
6,000円(税込)
定員10名

講座のみ受講
② 7/2 Sun
ローフードランチ
&デザート
10:30~13:00
6,000円(税込)
定員10名

※単発講座受講の際は、時間に間に合うように
フェリーの手配をしてください。

リトリートの会場は、本島南部、東海岸の先に
浮かぶ久高島。海の彼方の理想郷『ニライカナイ』
に一番近い島とされ、神の島と呼ばれる。
島全体が神聖な土地とされる聖なる島で、王朝時
代から現在まで、信仰と伝統が守られている。



開催場所

沖縄県南城市久高島

日程 (2泊3日)

2017年7月1日(土)~3日(月)

費用

68,000円(税込)

※那覇までの航空券代は含まれません

宿泊

久高島交流館 (南城市知念久高249-1)

Included (含まれるもの)

- ・那覇⇄南城市バス送迎
- ・観光費 (斎場御嶽、久高島ガイド)
- ・乗船代 (安座間港⇄久高島)
- ・宿泊費 (朝食3回、昼食2回、夕食1回込)
- ・ローフード講座 (2回)
- ・ヨガ (2回、ヨガマットレンタル別)

SCHEDULE

7/1 各自那覇到着

集合場所/那覇県庁前広場 8時50分

⇒南城市・斎場御嶽

⇒安座間港~久高島⇒チェックイン

⇒講座①⇒ウェルカムローフードディナー

7/2 朝ヨガ⇒スムージー⇒講座②

⇒久高島ガイドツアー⇒花火

7/3 朝ヨガ⇒スムージー

⇒クロージングサークル⇒チェックアウト

⇒久高港~安座間港

⇒南城市~那覇到着・那覇解散 14時30分

※ご予約時に細かい行程表をご案内します。

■最少催行人数 15名

■ローフード講座①②講座単発受講■

単発受講/各6,000円(税込)/定員10名

■申込締切■ 2017/6/16

※定員に達し次第締め切りますので、お早目にお申込み下さい。

主催

ローフードサロン ミシュミシュ・おかもとゆかり

リトリート・講座受講内容
問合せ先

イーストホームタウン沖縄株式会社 〒901-1511 沖縄県南城市知念久手堅539番地 南城市地域物産館2階
TEL 098-949-1184 FAX 098-948-1108 (平日9~18時) Mail tamaki@easthometown.jp