

頑張る私に、 上野原で朝のご褒美。

～川のせせらぎとハーブで整える週末の朝活～



大自然の中で朝ヨガ体験

都留文科大学・JR東日本地域活性化連携企画

日時

2026
11/14 SAT
雨天順延11/15 san

11/21 SAT
雨天順延11/22 san

内容

受付時間

7:45～8:10

ハーブサシェづくり

朝ヨガ体験

ハーブワークショップ

ビュッフェランチ

解散時間

13:30

人数

16人（最少催行人数10人）

費用

6,300円



お申し込みはコチラ↑

秋空の下で、心も体も乱すビュッフェランチ



地元の恵みを味わう、彩り豊かな当褒美ランチ

手作りのハーブサシェで、香りに包まれる朝



注意事項

・「JRE MALL」にて事前予約が必要です。最少催行人数に満たない場合は開催を中止します。
・ツアー当日は、都留文科大学教養学部地域社会学科 鈴木健大ゼミの学生がアテンドいたします。

・お申し込み対象は中学生以上となります。
・写真等はイメージです。

・お申し込み時にアレルギーの有無をご記入ください。
※掲載内容は2026年10月現在の情報です。

JRE MALL チケット でお求めください！

「イベントチケット」の購入で JRE POINT が貯まる、使える！

※JRE POINT を貯めるには、事前に JRE POINT 会員番号と連携する必要があります。

