

1	出発日 10/16(金) または 10/20	成田空港 ↓ ウブド	GA881 11:00 発 17:20 着 成田からデンパサールへ到着後、ホテルの出迎えの車でウブドへ。 (約1時間の道のり) ホテル到着後、お部屋にチェックイン
2	10/17(土) または 10/21	5:00-8:00 8:00-9:00 9:00-11:00 18:00-19:45	アシュタンガマイソール+プラナヤマ・瞑想・座学 朝食 瞑想集中講座 day1 ヒーリング&リラクゼーションヨガ+快眠プラナヤマクラス(オプション)
3	10/18(日) または 10/22	5:00-8:00 8:00-9:00 9:00-11:00	アシュタンガマイソール+プラナヤマ・瞑想・座学 朝食 瞑想集中講座 day2 その後、フリータイム
4	10/19(月) または 10/23	5:00-8:00 8:00-9:00 9:00-11:00	アシュタンガマイソール+プラナヤマ・瞑想・座学 朝食 瞑想集中講座 day3 その後、フリータイム
5	10/20(火) または 10/24	5:00-8:00 8:00-9:00 9:00-11:00 19:00 ごろ	アシュタンガマイソール+プラナヤマ・瞑想・座学 朝食 瞑想集中講座 day4 その後、フリータイム (希望があれば、この後クタへ移動可能です。 クタで遊んだあと、21:00 頃、空港へ向かうことができます) 空港へ
6	10/21(水) または 10/25	GA880	00:20 発 08:50 着 成田空港到着

■フライトスケジュール

行き GA881 成田発 11:00 デンパサール着 17:20

帰り GA880 デンパサール発 00:20 成田着 08:50