

【プラン名】 信州人が愛する道をゆったり巡るリフレッシュツアー ～足で信州を感じる高原及び田園風景とのふれあい編～

【1日目】

- **軽井沢「峰の茶屋」着**
(碓井軽井沢ICから50分、岡谷ICから90分)
- **信濃路自然歩道 「軽井沢木洩れ日の道」をトレッキング**
⇒軽井沢本来の自然を堪能できる自然歩道 心落ち着く森林浴を全身で満喫してください。
全行程約10km、所要時間約4時間30分+昼食時間

⇒緑の中を谷川のせせらぎを聞きながら、旧軽井沢銀座へ下る散策コースで、バードウォッチングや森林浴などファミリーでも楽しめるすがすがしい自然歩道である。
- **昼食**
⇒高原の風情に抱かれながら、小瀬(軽井沢レクの森芝生広場)で食べる弁当は格別



信濃路自然歩道



白糸の滝



竜返しの滝



水遊び場



白樺広場

(移動時間70分)

- **宿泊** 別所温泉(信州の鎌倉)

【別所温泉のご案内】

ひなびた山里の温泉。塩田平から菅平高原を見通せる風情豊かな温泉地。
肌がなめらかになることから「美人の湯」とも呼ばれています。
お食事は旬の地元産の食材を料理を季節の味でおもてなしいたします。
夜には夕涼みホテル祭り見学ツアー(500円)などプチトリップも充実。

【2日目】

- **（別所温泉）** マイナスイオン溢れる森林に囲まれた温泉街の雰囲気は格別
- **全国遊歩100選 塩田平ウォーキング**
⇒全行程約10km、所要時間5～6時間＋昼食時間

信州の鎌倉と呼ばれる塩田平を、森林、里山の田園、ため池など信州の農村風景に抱かれながら歩いてください。道を楽しみ、古刹に出会い、無言館に触れる、感動がいっぱいです。



あじさい小径



前山寺



無言館



別所線

- **屋 食**
お寺（龍光院）の山菜料理 又は近所のおばちゃんを作る手打ちそばとおやき
- **お帰り** 上田市塩田平→60分→松本IC

