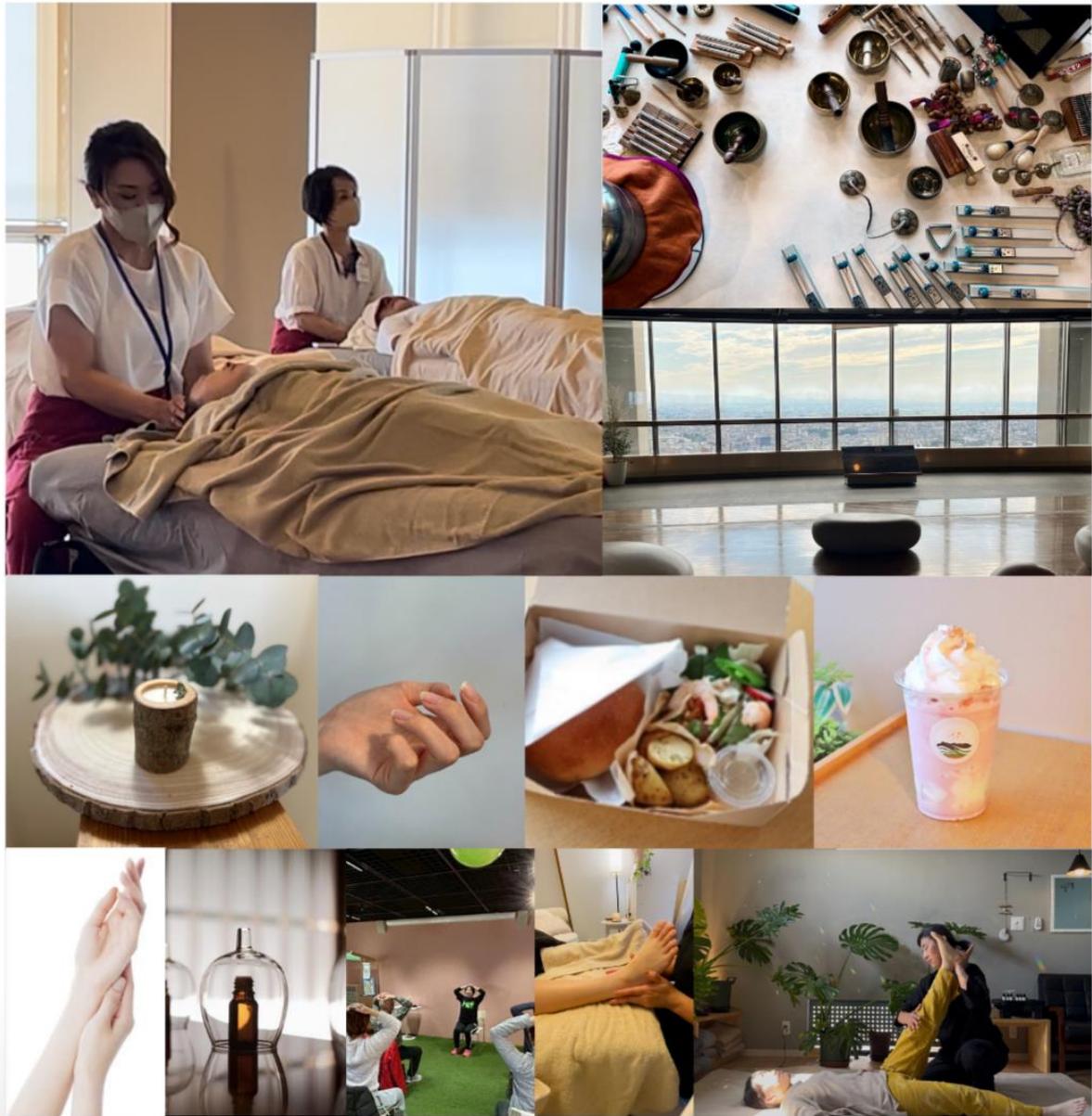


# Retreat Days

五感でやすらぐリトリート体験



2026.4.4 sat - 5 sun 11:00-16:00

群馬県庁31階、32階

入場無料

「瞑想×お昼寝」リトリート  
～香浴と音浴に包まれる至福のひととき～

窓の外に広がる群馬の山々と空。  
専門家チームが奏でる響きの音楽と、セラピストの確かな技術。  
そして、群馬県産アロマによる香浴。  
心身を深い静寂へと導く、究極のお昼寝を体感してみませんか？

- 体験料金：2,000円
- 体験時間：30分程度



リトリートぐんま  
コラボ商品販売中



生演奏による音浴

特別協力：有識者会議  
世界の民族楽器+αを使った完全即興ユニット。  
にれいとしゆき、KPC、清水和美の3人が、その場の空気から音を立ち上げるセッションを展開します。

**GINGHAM**



**1 SuayLom**  
SuayLom BODY FLOW ARTS体験として、心身をゆるめ自律神経を整える癒しのマッサージを行います。  
体験料金：2,000円 体験時間：20分程度



**2 POLA**  
ハンドトリートメントで、手元をやさしくほぐし整えます。  
体験料金：無料(クリーム付き990円)  
体験時間：10～15分程度



**3 noe\_nail**  
爪の健康を第一にしたネイルケアや爪の強度を高めるフォルム形成を行います。  
体験料金：500円～800円  
体験時間：10～15分程度



**4 Haku**  
やさしい香りに包まれるアロマキャンドルづくり体験と商品の販売を行います。  
体験料金：1,000円 体験時間：30分程度



**5 M Pilates**  
姿勢改善プログラムとして、誰もが小顔&美姿勢になれる椅子を使った簡単エクササイズを行います。  
体験料金：500円 体験時間：15分程度



**6 リフレクソロジーサロン パール**  
やさしく包み込むようなタッチが魅力の英国式リフレクソロジー(足裏リラクゼーション)です。  
体験料金：2,000円  
体験時間：20分程度(準備を除く)



**7 Sumika蒸留/調香室**  
お好みの香りで作るオリジナルアロマスプレーづくり体験と、精油等の販売を行います。  
体験料金：2,000円  
体験時間：15分程度

4日のみ



**8 Gunma Flower Park+**  
香りに癒されるアロマミストづくり体験、サシェ(香り袋)作り体験、商品の販売を行います。  
体験料金：300円～660円  
体験時間：5～15分程度

5日のみ

抽選ブース

YAMATOYA COFFEE32コラボ商品購入者、Retreat Days体験者(有料)を対象に、抽選で県有施設※のペア招待券をプレゼント！  
コラボ商品購入・体験後、配布される抽選券を抽選ブースまでお持ちください。

※県立館林美術館、県立歴史博物館、県立自然史博物館、県立土屋文明記念文学館、県立日本絹の里、県立ぐんま昆虫の森、県立ぐんま天文台、Gunma Flower Park+  
※招待券の種類(施設)は選択いただけません。ご了承ください。

