

参加申込書【ツアー名：】【希望発着地：】【出発日 / 】

ふりがな				旅券に記載のローマ字氏名をご記入下さい		生年月日	昭和・平成	()年()月()日生 (西暦 年 生)
氏名								
ふりがな				性別	男・女	婚姻関係	既婚・未婚	血液型
旧姓								型
ふりがな						TEL▶	()	
現住所	〒 -					FAX▶	()	
						携帯▶	()	
						E-mail▶		
本籍地								
職業	勤務先		電話		勤務先への連絡は	可・不可・個人名で		
	住所	〒 -			役職			
留守宅連絡先	氏名		続柄		電話	()		
	住所	〒 -			国際線遅延の場合	左記へ連絡・不要		
同室希望	ない・ある()さんと・一人部屋希望(別途費用を申し受けます)							
海外旅行保険	希望する・希望しない		トラベルローン	希望する・希望しない				
渡航手続	依頼する・依頼しない		(依頼いただいた場合、4,320円が別途必要です) ※出入国書類作成代行※					
査証手続	依頼する・依頼しない		(依頼いただいた場合、1ヶ国に付き6,480円が別途必要です) ※インドのみ必要※					
滞在期間延長	希望する()日間・希望しない							
旅券	旅券番号				発行年月日	年 月 日		
査証申請時必要事項	フリガナ				フリガナ			
	父親氏名				旧姓			
ご旅行手続	●この度のご旅行には旅券の残存期間は入国時6ヶ月以上必要です。あらかじめご確認ください。 ●その他、旅行手続きに関しましては、お申し込みをいただきました後にご案内申し上げます。							

※リシケシのコースをお申込の方は下記をご記入ください

宿泊アシュラム	シバナンダアシュラム・ヨーガニケタン
日本語ガイド	リシケシ滞在中日本語ガイドあり・なし(観光付コースは通して日本語ガイドがご案内します。)

※観光付コースの方は下記もご記入下さい。

ホテルタイプ	エコノミー・スタンダード・スーパーリア
オプションルツアー	希望する・希望しない※タージマハール日帰り観光※

----- (キリトリ) -----

●お申し込みに際して●

お申し込みは先ずお電話、ファックス、E-mail 等でお申し込みの旨を弊社宛にご連絡下さい。その後、参加申込書に必要事項をご記入いただき、郵送またはファックスにて弊社宛にお送り下さい。また、お申込金5万円を下記口座へお振込み下さい。

振込先 三菱東京UFJ銀行 新宿中央支店
普通預金：3264581
口座名：カ) タイリクリョウユ

時間帯の目安

早朝	朝	午前	昼	午後	夕刻	夜	深夜
4:00～	6:00～	8:00～	11:00～	13:00～	16:00～	19:00～	23:00～

◎日程表内記載の時間帯は目安であり、手配が表示通りの時間帯とならない場合があります。
※日程中の記載について…… ◎下車入場観光 ○下車観光 △車窓観光

旅券(パスポート)・査証について：
旅行に有効な旅券を出発までにご準備下さい。また、訪問国により必要な旅券の有効残存期間が異なります。査証が必要な場合があります。お申し込み時にご確認頂くか、当社にお問い合わせ下さい。日本国籍以外の方は再入国許可証が必要です。また、訪問国の入国条件は、自国の領事館、渡航先国の領事館にお問い合わせ下さい。

個人情報について：
当社はお申し込みの際にご記入いただきました「お申込書」のお客様の個人情報をお客様との連絡の他、輸送・宿泊機関が提供するサービス手配の手続きに必要な範囲内で利用させていただきます。又当社及び当社グループ会社におけるサービス、商品のご案内、統計資料に利用させていただく場合がございます。

旅行企画・実施



大陸旅遊

Tairiku Tours & Leisure co.,LTD

株式会社

観光庁長官登録旅行業第1399号
一般社団法人日本旅行業協会正会員

大陸旅遊

〒160-0023
東京都新宿区西新宿5-5-6第二ダイヤモンドビル2階
TEL 03-3376-2511 / FAX03-3376-5280
http://www.tairikuryoyu.co.jp
mail:tlc@tairikuryoyu.co.jp
総合旅行業務取扱管理者：永田政夫 担当：大塚・遠藤・田村

総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取扱う営業所での取引責任者です。この旅行契約に関し、担当者からの説明にご不明な点などあれば、ご遠慮なく、上記総合旅行業務取扱管理者にご質問下さい。

大陸旅遊

中部・福岡発着

特撰ツアーシリーズ `15.4～`15.9

本場のアシュラムで

yogaな日々

シバナンダアシュラム

北インド・リシケシ

名実ともに第一のアシュラム。
朝夕の礼拝や瞑想、ヒンドゥー教の神の名を連呼するキルタンなどは一般開放されています。24時間マントラを唱えるチャンティングなどのスペシャルプログラムがあります。

シバナンダアシュラム

南インド・ネヤールダム

リシケシ・シバナンダ師の弟子、スワミデーヴァナンダ師が建てた、南インド・ケララ州の州都トリバンドラムから車で1時間半ほどのところにあるアシュラム。
滞在中は外出禁止、すべてのレッスンに参加しなければならないなど、厳格な雰囲気があります。

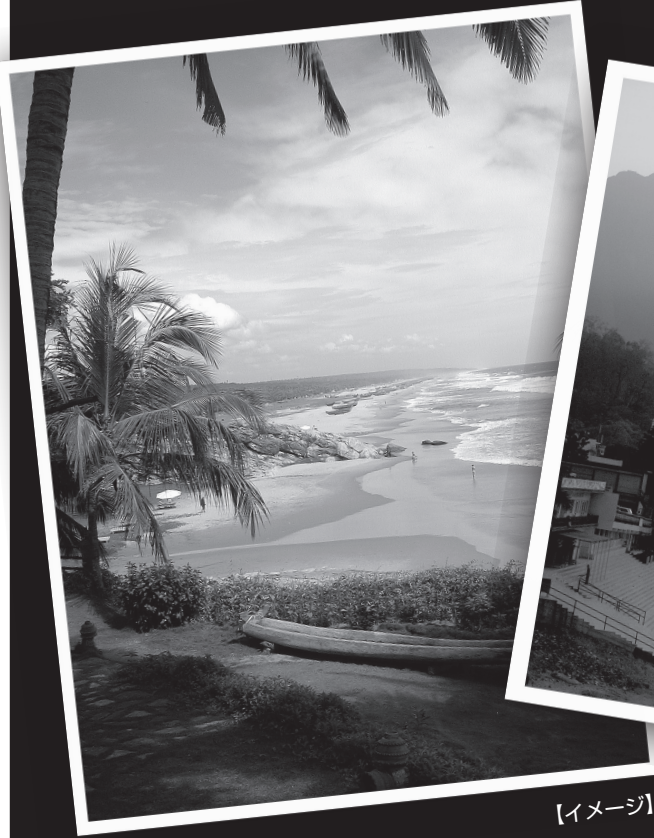
ヨーガニケタンアシュラム

北インド・リシケシ

“ヨーガの聖地”リシケシのアシュラムで
眼下に聖河ガンガーが見渡せる高台に建つ、俗世から離れた静かなアシュラムです。
アーサナとメディテーションは選択制で外出もできるなど自由な雰囲気が特徴です。

クリシュナマチャリア
ヨーガマンディラム
チェンナイ

アイアンガーヨーガのアイアンガー氏、アシュタンガヨーガのバタビ・ジョイス氏の師匠であるクリシュナ・マチャリア師のアシュラム。
清潔で規律あるスクールでは、アーサナだけでなく呼吸法やヨーガ哲学等幅広く学びます。



【イメージ】

【リシケシ】

旅行企画実施 (株)大陸旅遊

観光庁長官登録旅行業第1399号/一般社団法人日本旅行業協会正会員

安心快適な日本航空でヨガの聖地リシケシへ

毎週日・月・火・土曜日出発

アシュラム滞在でYOGaな日々

都市名	交通機関	日 程
1 (中部・福岡発) 成田空港発 デリー着	JL 専用車	(中部・福岡空港より成田空港へ) 午前：成田発日本航空にてデリーへ 夕刻：着後、日本ガイドの出迎えを受け専用車にてホテルへ ＜デリー／グッドタイムス泊＞
2 デリー リシケシ	専用車	午前：日本語ガイドと専用車にてリシケシへ 午後：アシュラムにて研修 ＜リシケシ／アシュラム泊＞
3 リシケシ		終日：アシュラムにて YOGa ^な 日々をお過ごしください。 ＜リシケシ／アシュラム泊＞
6 リシケシ デリー発		午前：日本語ガイドと専用車にてデリー空港へ 夜：日本航空にて帰国の途へ ＜機中泊＞
7 成田空港着 (中部・福岡着)	専用車	朝：成田空港到着。入国通関後、解散。 (成田空港より中部・福岡空港へ)

■最少催行人員：2名様
■利用予定航空会社：日本航空
■食事：朝食5回 昼食5回 夕食4回
■1人部屋追加料金：18,000円

出 発 日	旅行代金	
	リシケシ滞在中日本語ガイドあり	リシケシ滞在中日本語ガイドなし
4/1～8/5、8/18～9/30	2,23,000円	1,93,000円
8/6～8/7、8/11～8/18	2,33,000円	2,03,000円
8/8～8/10	2,83,000円	2,53,000円
日曜日出発	30,000円増	30,000円増
月曜日出発	30,000円増	30,000円増

※特定帰着日追加代金 デリー発 5/10、7/19、8/15、8/16、9/23、9/26 → 5,000円

5/5、5/6、5/9、9/22 → 10,000円

※お一人様催行追加代金 100,000円

リシケシ滞在中日本語ガイドあり▶ アシュラム滞在中も日本語ガイドがご案内します。講義などの通訳はできませんが、終了後講義のポイントなどをかいつまんでご案内します。
リシケシ滞在中日本語ガイドなし▶ アシュラム到着から出発までは日本語ガイドのご案内はございません。

毎週日・月・火・土曜日出発

観光も楽しみたい方のYOGaな日々

都市名	交通機関	日 程
1 (中部・福岡発) 成田空港発 デリー着	JL 専用車	(中部・福岡空港より成田空港へ) 午前：成田発日本航空にてデリーへ 夕刻：着後、日本ガイドの出迎えを受け専用車にてホテルへ ＜デリー泊＞
2 デリー ハリドワール リシケシ	専用車	午前：日本語ガイドと専用車にてリシケシへ 午後：ヒンズー教の聖地ハリドワールにてガンジス 河の沐浴風景見学 夕刻：アシュラムにて夕べの瞑想 ＜リシケシ／アシュラム泊＞
3 リシケシ		終日：アシュラムにて YOGa ^な 日々をお過ごしください。 ＜リシケシ／アシュラム泊＞
6 リシケシ デリー		午前：日本語ガイドと専用車にてデリーへ 夕刻：インド舞踊鑑賞とインド料理の夕べ ＜デリー泊＞
7 デリー	専用車	午前：デリー市内観光(○インド門、○官庁街、○ラージ ガート、リキシャーライド) 午後：アーユルヴェーダ体験学習 ＜デリー泊＞
8 デリー デリー発	JL	出発まで自由行動 【OP：世界文化遺産タージマハール日帰り観光】 夜：日本航空にて帰国の途へ ＜機中泊＞
9 成田空港着 (中部・福岡着)		朝：成田空港到着。入国通関後、解散。 (成田空港より中部・福岡空港へ)

■最少催行人員：2名様
■利用予定航空会社：日本航空
■食事：朝食7回 昼食6回 夕食6回

※アシュラム滞在中も日本語ガイドがご案内します。講義などの通訳はできませんが、終了後講義のポイントなどをかいつまんでご案内します。

出発日	旅行代金		
	エコノミーホテル	スタンダードホテル	スーパーシアホテル
4/1～8/5、8/18～9/30	2,73,000円	2,83,000円	3,13,000円
8/6～8/7、8/11～8/18	2,83,000円	2,93,000円	3,23,000円
8/8～8/10	3,33,000円	3,43,000円	3,73,000円
日曜日出発	30,000円増	30,000円増	30,000円増
月・土曜日出発	15,000円増	15,000円増	15,000円増
一人部屋追加代金	33,000円	45,000円	63,000円
一人催行の追加代金	120,000円	130,000円	160,000円
オプションルツアー代金	28,000円【 昼食付、日本語ガイド同行／往路列車・復路専用車利用／最少催行人員2名様 】		

※特定帰着日追加代金 デリー発 5/10、7/19、8/15、8/16、9/23、9/26 → 5,000円

5/5、5/6、5/9、9/22 → 10,000円

※利用予定ホテル
エコノミーホテル：グッドタイムス
スタンダードホテル：ヴィクラム
スーパーシアホテル：ウエルカム・ホテル・ドゥワルカ

毎週日・月・火・土曜日出発

ホテルライフでYOGaな日々

都市名	交通機関	日 程
1 (中部・福岡発) 成田空港発 デリー着	JL 専用車	(中部・福岡空港より成田空港へ) 午前：成田発日本航空にてデリーへ 夕刻：着後、日本ガイドの出迎えを受け専用車にてホテルへ ＜デリー／グッドタイムス泊＞
2 デリー リシケシ	専用車	午前：日本語ガイドと専用車にてリシケシへ 午後：アシュラムにて研修<リシケシ／グレートガンガ泊>
3 リシケシ		終日：アシュラムにて YOGa ^な 日々をお過ごしください。 ＜リシケシ／グレートガンガ泊>
6 リシケシ デリー発		午前：日本語ガイドと専用車にてデリー空港へ 夜：日本航空にて帰国の途へ ＜機中泊>
7 成田空港着 (中部・福岡着)	専用車	朝：成田空港到着。入国通関後、解散。 (成田空港より中部・福岡空港へ)

■最少催行人員：2名様
■利用予定航空会社：日本航空
■食事：朝食5回 昼食5回 夕食4回
■1人部屋追加料金：42,000円

出 発 日	旅行代金	
	リシケシ滞在中日本語ガイドあり	リシケシ滞在中日本語ガイドなし
4/1～8/5、8/18～9/30	2,43,000円	2,13,000円
8/6～8/7、8/11～8/18	2,53,000円	2,23,000円
8/8～8/10	3,03,000円	2,73,000円
日曜日出発	30,000円増	30,000円増
月曜日出発	30,000円増	30,000円増

※特定帰着日追加代金 デリー発 5/10、7/19、8/15、8/16、9/23、9/26 → 5,000円

5/5、5/6、5/9、9/22 → 10,000円

※お一人様催行追加代金 100,000円

① シバナンダアシュラムスケジュール

05:00～06:00	朝の瞑想、詠唱、黙想と英語による簡単な法話
06:00～	祈りとキルタン
06:30～08:00	ヨガアーサナ、プラーナヤマ、瞑想
07:00～	朝食
07:30～09:00	チャンティング(詠唱)
09:30～10:30	礼拝
10:00～	礼拝
11:30～	昼食
16:30～18:30	マトリサットサンガ(詠唱と朗読、英又はヒンディーの) *女性のみ
17:00～18:30	チャンティング(詠唱)
17:30～	礼拝
18:00～	礼拝
17:30～18:30	ヨガアーサナ、プラーナヤマ、瞑想
18:00～18:45	バジャン、キルタン、アラティ、ガンジスアラティ *女性のみ
18:30～	夕食
19:30～21:30	サットサンガ(レクチャー、キルタン、バジャン)

② ヨーガニケタンスケジュール

04:30～	起床
05:00～06:00	朝の瞑想
06:30～07:30	アーサナ
08:00～	朝食
12:00～	昼食
15:15～16:00	講義
16:00～	ティータイム
17:00～18:00	アーサナ
18:30～19:30	夕べの瞑想
20:00～	夕食
22:00	消灯

・ヨーガニケタンに宿泊の場合、両方のアシュラムのプログラムに参加できますが、シバナンダアシュラムに宿泊の場合、ヨーガニケタンのプログラムに参加できません。
・スケジュールは、季節により若干変更となる場合がございます。
・毎週日曜日、アシュラムはお休みです。

毎週火・木・土曜日出発

シバナンダアシュラム

南インド・ネヤールダム

出 発 日	旅行代金
4/1～4/23、5/6～7/17、8/24～9/17、9/23～9/30	198,000円
4/24～4/25、5/4～5/5、7/18～8/6、8/12～8/23、9/18～9/22	218,000円
※お一人催行の追加代金 100,000円	

都市名	交通機関	日 程
1 中部・福岡発 シンガポール着 " 発 トリバンドラム着	SQ SQ 専用車	午前：中部・福岡発シンガポール航空にてシンガポールへ 着後、乗り継ぎ手続き 夜：シンガポール航空にてトリバンドラムへ 着後、英語ガイドの出迎えを受け専用車にてホテルへ ＜トリバンドラム泊＞
2 トリバンドラム ネヤールダム	専用車	午前：英語ガイドと専用車にてネヤールダムのシバナンダアシュラム(以降アシュラム)へ 午後：着後、登録手続き その後、アシュラムにてアーサナおよび瞑想トレーニング 夜：アシュラムにて夕食 ＜ネヤールダム／シバナンダアシュラム泊＞
3 ネヤールダム 、 7		終日：アシュラムにて YOGa ^な 日々をお過ごしください ※スケジュールは下記の通りですが、若干変更となる場合がございます。 ※毎週日曜日、アシュラムはお休みです。 05:30 起床 06:00～ 瞑想 07:30～ お茶の時間 08:00～ アーサナとプラナヤマ(呼吸法) 10:00～ ブランチ 11:00～ 講義 12:30～ カルマヨーガ 13:30～ お茶の時間 15:30～ アーサナとプラナヤマ(呼吸法) 18:00～ 夕食 20:00～ 瞑想 22:00～ 消灯 ＜ネヤールダム／シバナンダアシュラム泊＞
8 ネヤールダム	専用車	朝：アシュラムにて瞑想およびアーサナトレーニング 午前：アシュラムにてブランチ その後、英語ガイドがお迎えに上がり専用車にてトリバンドラムへ 午後：トリバンドラム市内観光(○パドマーナバスワミー寺院、◎プーテンマリガ宮殿)およびショッピング 夜：市内レストランにて南インド料理のご夕食 その後、専用車にて空港へ
9 トリバンドラム発 シンガポール着	SQ SQ	深夜：シンガポール航空にてシンガポールへ 朝：シンガポール着後、乗り継ぎ手続き 出発まで空港内で待機 ※無料のシンガポールトラジットツアもお楽しみいただけます※
10 シンガポール発 中部・福岡着	SQ	深夜：シンガポール航空にて帰国の途へ 朝：中部・福岡着、入国通関後、解散

■最少催行人員：2名様
■利用予定航空会社：シンガポール航空
■食事：朝食1回 昼食6回 夕食7回
■1人部屋追加料金：27,000円
■添乗員は同行しませんが現地ガイドがご案内します。
尚、アシュラム到着から出発まではガイドのご案内はございません。
■利用予定ホテル：トリバンドラム／レジデンシータワー または同等クラス



毎週日曜日出発

クリシュナマチャリア ヨーガマンディラム チェンナイ

出 発 日	旅行代金
4/1～4/23、5/6～7/17、8/24～9/17、9/23～9/30	258,000円
4/24～4/25、5/4～5/5、7/18～8/6、8/12～8/23、9/18～9/22	298,000円
※お一人催行の追加代金 100,000円	

都市名	交通機関	日 程
1 中部・福岡発 東南アジアの都市着 チェンナイ着	航空機 航空機 専用車	午前：中部・福岡発航空機にて東南アジアの一都市へ 夕刻：着後、乗り継ぎ手続き 夜：航空機にてチェンナイへ 深夜：着後、専用車にてホテルへ ＜チェンナイ泊＞
2 チェンナイ	徒歩	朝：徒歩にてクリシュナマチャリアヨガマンディラムへ 午前：ヨガ研修(2セッション、50分×2) 日中は自由行動 午後：ヨガ研修(2セッション、50分×2) 夕刻：徒歩にてホテルへ ＜チェンナイ泊＞
3 チェンナイ	徒歩	朝：徒歩にてクリシュナマチャリアヨガマンディラムへ 午前：ヨガ研修(2セッション、50分×2) 日中は自由行動 午後：ヨガ研修(2セッション、50分×2) 夕刻：徒歩にてホテルへ ＜チェンナイ泊＞
4 チェンナイ	徒歩	朝：徒歩にてクリシュナマチャリアヨガマンディラムへ 午前：ヨガ研修(2セッション、50分×2) 日中は自由行動 午後：ヨガ研修(2セッション、50分×2) 夕刻：徒歩にてホテルへ ＜チェンナイ泊＞
5 チェンナイ	徒歩	朝：徒歩にてクリシュナマチャリアヨガマンディラムへ 午前：ヨガ研修(2セッション、50分×2) 日中は自由行動 午後：ヨガ研修(2セッション、50分×2) 夕刻：徒歩にてホテルへ ＜チェンナイ泊＞
6 チェンナイ カンチーブラム マハバリブラム	専用車	午前：専用車にてカンチーブラムへ 着後、カンチーブラム観光(エーカンバラナータル寺院、カイラーサナータ寺院) 午後：専用車にてマハバリブラムへ 着後、マハバリブラム観光(海岸寺院、5つのラタ、アルジュナの苦行レリーフ、クリシュナのバターボール) ＜マハバリブラム泊＞
7 マハバリブラム チェンナイ発 東南アジアの都市着 " 発	専用車 航空機 航空機	朝：専用車にてチェンナイ空港へ 午前：航空機にて東南アジアの都市へ 夜：着後、乗り継ぎ手続き 航空機にて帰国の途へ ＜機中泊＞
8 中部・福岡着		午前：中部・福岡着、入国通関後、解散

■最少催行人員：6名様
■利用予定航空会社：シンガポール航空、マレーシア航空、タイ国際航空
■食事：朝食6回 昼食0回 夕食0回
■1人部屋追加料金：38,000円
■添乗員は同行しませんが、現地日本語ガイドがご案内します。
**■利用予定ホテル：チェンナイ／ラージバレススンドラル
マハバリブラム／シーブリーズ または同等クラス**


中部・福岡以外の空港発着につきましてはお気軽にお問い合わせ下さい。

どのプランも滞在期間の延長が可能です。

追加料金等の詳細は弊社スタッフまでお問い合わせ下さい。

※ 燃油サーチャージ・航空保険料、各空港施設使用料、空港税等は旅行代金に

含まれておりません。詳しくは弊社スタッフへお問合せください ※