

Retreat is...

「リトリート」とは日常から離れて自分と向き合う「上質な時間」のこと

仕事や家庭、育児や介護。様々な社会的活動から自分を切り離し、

「非日常空間」でストレスフリーな時間を過ごす。アクティブに動く旅行や観光とは異なり、心身が休まるようにゆっくりと過ごして心の声を聴き、本来の自分に還る時間。そんなリトリートは贅沢でもあり自分を大切に上質な過ごし方そのものです。



Karumiko is...

「かるみこ」はリトリート旅をアシストするスポット紹介メディア

2024年春スタート！

長野県東信地域にある軽井沢（かるいざわ）・御代田（みよた）・小諸（こもろ）の3つのエリアの頭文字をとって「かるみこ」。“身と心を軽くする”というリトリートの意味も併せています。紹介するスポットは特に観光地として賑わうスポットよりも静寂で心を落ち着かせるにふさわしい場所を紹介しています。気になるスポットを軸に、あなただけのリトリートプランを立ててみてはいかがでしょうか。

How to...

かるみこの活用方法

リトリート向きのスポットを紹介しているので、気になる場所を1〜2箇所組み合わせてご自身のリトリート計画の参考にしてみてください。

推奨コース、ご参加可能な募集中のリトリートも随時WEBやSNSで紹介しているので合わせてご利用ください。



Website



Instagram

軽井沢・御代田・小諸

かるみこリトリート

Karumiko Retreat



ただの旅から
自分に還る上質な時間へ

karumiko-retreat.com



かるみこリトリート 2024 Spring-Summer 2024年5月発行
企画・デザイン・発行：karumiko retreat.

軽井沢エリアのリトリート特化メディア、はじまりました！