

# 背筋が伸びるような空気の中で

都会の喧騒から離れ、自然の中に身を置く。  
 霊峰からのぼる朝日が木々や古刹を照らす。  
 時に、霧がたちこめ幻想的な景色に変わる。  
 そんな高野山でゆっくり深呼吸をすれば、  
 身も心も浄化されていくかのよう。  
 スポーツ合宿や各種研修とともに  
 高野山ならではの体験で、  
 より充実した時間をお過ごしください。

## 《高野山が合宿に最適な理由》

- **あらゆる研修・合宿向け施設が充実**  
 スポーツ施設からコンベンション施設まで幅広く対応いたします。
- **夏は涼しく快適な気候**  
 夏休みの合宿や林間学校に最適で、体験プログラムも多数。
- **1200年受け継がれた歴史と文化財**  
 国宝・重要文化財が多数存在し、世界遺産にも登録されています。
- **修行道場としての高野山**  
 弘法大師・空海が開創した土地で心静まる時間をお過ごしください。

## 体験プログラム

お寺での写経や瞑想、千年の森の中で心身を癒す森林セラピー、世界遺産の道ハイキングなど、この土地ならではの様々な体験ができます。  
 ほかに野外活動施設での体験や自然観察など、年齢を問わず楽しみ、学べるプログラムがたくさんあります。

### 大人向けプログラム

瞑想(阿字観)  
 写経  
 森林セラピー  
 専門ガイドによる奥之院案内

### 子供向けプログラム

林業体験  
 木工クラフト  
 草木染め体験  
 高野三山ハイキング



## おすすめコース

### 自然を満喫したい

- ・本格的な林業体験
- ・草木染の手ぬぐい作り
- ・世界遺産の道ハイキング
- ・川遊びやハンモック
- ・野外でバーベキューやカレー作り

### 高野山の歴史を知りたい

- ・金剛峯寺、壇上伽藍の拝観
- ・高野山霊宝館で文化財を学ぶ
- ・専門ガイドの案内で奥之院散策
- ・授戒で僧侶の法話を頂く

### 心身をリフレッシュしたい

- ・早朝の朝勤行に参加する
- ・瞑想(阿字観)で心を静める
- ・写経で集中力を高める
- ・森林セラピーで自然のパワーをもらう
- ・精進料理をいただく



## 宿泊施設

高野山には52ヶ寺の宿坊、2軒の旅館と4軒のゲストハウスがあります。宿坊では、朝の勤行や本格的な精進料理を味わうなど、この地でしかできない経験ができます。  
 また、宿坊によっては近代的な内装や専用会議室を備えており、学生からシニア層まで、様々な団体旅行にご利用いただけます。

### 宿坊の基本料金

■15名以上利用時の宿坊基本料金  
 一人あたり(1泊2食付税込)

小学生	5,500円～	高校生	6,600円～
中学生	6,050円～	一般	8,800円～

※食事・お部屋等により料金が変わります。



マイク、スピーカー、プロジェクターなど、宿坊でも利用可能な設備がございます。詳しくはお問い合わせください。

## 各種施設・サービス

有料ガイドによる案内：利用日の3日前までに要予約。案内箇所・時間によって料金が変わります。奥深い高野山の歴史や良さをお伝えします。

### ＜見学・観光＞

総本山金剛峯寺



午前8時30分～午後5時。一般500円、小学生200円、団体割引有。伝統的な寺院建築、襖絵、日本最大級の石庭などを見学できる。

高野山霊宝館



(11月～4月)午前8時30分～午後5時。  
 (5月～10月)午前8時30分～午後5時30分。  
 一般600円、団体割引・学生割引有。国宝21件をはじめ、高野山の貴重な文化遺産を多数収蔵・展示している。

根本大塔



午前8時30分～午後5時。一般200円。壇上伽藍にある高さ約49mの多宝塔。内部は仏像、壁画などにより荘厳な仏の世界を表している。

### ＜スポーツ・野外活動＞



体育館



武道場



弓道場



野球場



テニスコート



屋内ゲートボール場



バーベキュー棟



多目的広場

### ＜研修・講演会＞



会議室



教室



大ホール

他にもさまざまな施設がありますので、目的や人数に合わせてご案内いたします。詳しくはお問い合わせください。