

## 01 동의보감(촌)과 힐스투어

동의보감촌은 세계 최초의 공중보건으로서 동의보감의 정신을 담은 한방테마관광지입니다. 웰니스힐스투어는 이러한 동의보감의 수양정신을 담아 국내 최초로 한·독·일 국제인증 받은 웰니스힐스투어 건강여행 프로그램입니다.

## 02 웰니스힐스투어 체험 안내

동의보감 음양오행과 오장의 길 특성에 맞춘 건강여행 프로그램.

아름다운 동의보감촌을 걷기 여행하며 근력운동과 뇌활성화, 생활습관병 예방 및 개선을 위한 프로그램으로 전문 코디네이터들의 안내와 함께 체험할 수 있습니다.



## 03 웰니스 힐스투어 프로그램 안내



스트레칭



로프 프로그램



뇌활성화



해피하게 BPM워킹



로코모티브신드롬 체크



기후요법(무릉교)



산청소반  
(오행을 담은 도시락)



안마도인

기본 프로그램

힐스투어 11,000원 + 산청소반(오행을 담은 도시락) 13,000원

## 04 동의보감촌 한방웰니스 선택 프로그램 안내

### 1 한방차 체험



•장소 | 웰니스센터  
산청의 우수한 약초를 이용하여 내 몸에 맞는 차를 직접 만들어 마시는 체험

### 2 아로마 체험 근육이완 및 리렉제이션



•장소 | 웰니스센터  
•체험비 | 10,000원  
•소요시간 | 30분  
천연의 약용식물에서 추출된 아로마오일을 이용하여 건강 유지 및 증진을 도모하는 자연치유 체험

### 3 아로마 요가체험



•장소 | 웰니스센터  
•체험비 | 15,000원  
•소요시간 | 40분  
식물에 유래하는 방향 성분(정유)을 이용한 몸과 마음의 이완프로그램

### 4 제로웨이스트 체험 DIY 체험



•장소 | 웰니스센터  
•체험비 | 10,000원  
•소요시간 | 60분  
친환경 재료를 사용한 약산성 울인원바, 린스, 설거지바, 입욕제 등을 만드는 체험

### 5 온열 체험 일라이트체험



•장소 | 동의전 1층  
•체험비 | 5,000원  
•소요시간 | 40분  
해독으로 내 몸을 여는 한방 온열체험으로 면역력을 증진시킬 수 있는 체험

### 7 왕뜸 체험



•장소 | 한의원  
•체험비 | 15,000원  
•소요시간 | 50분  
배꼽왕뜸으로 몸의 체온을 올려 몸 속의 독을 빼내며, 면역력을 향상시키는 체험

### 6 공진단 체험



•장소 | 한의원  
•체험비 | 30,000원  
•소요시간 | 50분  
녹용, 당귀, 산수유, 꿀, 목향 또는 침향으로 반죽된 재료로 직접 공진단을 만들어 보는 체험

### 8 한방 족욕 체험



•장소 | 산엔휴카페  
•체험비 | 10,000원 (차는 별도)  
•소요시간 | 30분  
기혈의 순환을 돕고 피로 회복과 혈액순환을 원활하게 하여 스트레스, 피부미용에 좋은 체험



# 05 참가자 준비사항

## 참가자 안내사항

- 준비물 | 체험활동에 편한 옷, 운동화, 모자 등
- 야외활동 및 보행에 지장이 없는 분
- 헬스투어 체험시 체험복 환복, 체험용 배낭, 개인 돗자리 (체험을 위한 대어)
- 헬스투어용 놀이주머니, 물 및 기타 선물

# 06 참가자 방문 안내

- QR코드 (헬스투어 안내 홈페이지)
- 웰니스 센터 전경



**웰니스센터**  
 경남 산청군 금서면 동의보감로 479번길 55  
 T. 055-974-0027

# 07 헬스투어 코스안내

