

GANGHWA WELLNESS 3D2N

江华疗愈之旅（3天2夜）

A woman in a white long-sleeved top and white pants is walking away from the camera on a wet, reflective beach. The sky is a mix of blue and orange from the setting or rising sun, with wispy clouds. Several birds are flying in the distance. In the background, there are mountains and a line of trees on the right side of the beach.

Incheon

(GangHwa)

寺院冥想 · 艾草疗愈 · 温泉SPA · 滩涂疗愈

11月11日

— Itinerary —



DAY 1 | 禅意疗愈 TEMPLE WELLNESS

◆传灯寺 (Jeondeungsa Temple)

探访拥有千年历史的韩国古刹，漫步森林环绕的寺院庭院，体验寺院冥想，在宁静自然中放慢脚步，感受身心平衡。

◆净水寺 (Jeongsusa Temple)

走进静谧山间古寺，体验茶冥想文化，欣赏幽静山林景色，在远离城市喧嚣的环境中享受纯粹而放松的疗愈时光。

◆江华艾草SPA或香草足浴体验

体验江华代表性的艾草养生文化，可选择艾草SPA 或香草足浴，在天然植物香气中舒缓身心，感受韩国传统 Wellness 文化。



DAY 2 | 自然疗愈传统养生 NATURE & WELLNESS

◆东幕海滩 (Dongmak Beach)

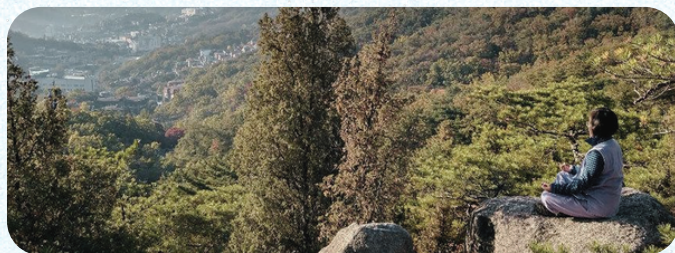
赤脚漫步广阔滩涂，体验海洋自然疗愈课程，在西海海风与潮汐律动中放松身心，感受独特的滩涂疗愈文化。

◆江华艾草体验农场 (Ganghwa Mugwort Experience Farm)

深入了解江华著名的艾草文化，体验艾草足浴、品尝艾草茶，并亲手制作艾草香皂，感受韩国传统草本养生方式。

◆江华温泉或 SPA 疗愈

享受温泉或 SPA 放松体验，在舒适的环境中舒缓旅途疲劳，体验身心平衡的 Wellness。



DAY 3 | 休憩于林海之中 FOREST & LIVING

◆摩尼山 (Manisan Mountain)

漫步森林步道，体验森林呼吸冥想，并可依实际行程安排探访参星坛，在大自然中享受宁静放松的疗愈时光。

◆朝阳纺织 (Joyang Bangjik)

走进由旧纺织工厂改造而成的复合文化空间，在复古工业风环境中享受咖啡时光，自由漫步，感受悠闲慢生活氛围。

JOURNEY HIGHLIGHTS



体验千年古刹禅修文化 |



感受江华艾草传统疗愈



赤脚漫步西海滩涂 |



享受温泉与 SPA 放松

旅程说明:

项目	内容
行程天数	3天2夜
成团人数	2人起
出发日期	全年运营
酒店安排	Wellness度假村或四星级酒店
用餐安排	早餐2次
交通方式	全程专属旅游车辆 或 司兼导
导游服务	中 / 英 / 日文等 (可选)
预约方式	实时在线预约
电子凭证	QR Code电子确认单
产品价格	全行程统一

温馨提示 Travel Notes :

- 行程顺序可能因天气、交通或景点开放情况进行适当调整。
- 图片仅供参考，实际安排以当地接待为准。
- 酒店将安排同级住宿，如遇满房将更换同等级酒店。
- 请妥善保管个人证件及贵重物品。