

6:00 7:00 8:00 9:00 10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00 23:00

1日目/休日											自宅出発	移動	Check in	近所のデリカデッセンで 夕食をテイクアウト	Free time・就寝
2日目/仕事	起床	座禅@円 覚寺	ホテルにて 朝食	8:00~11:00 Work 3時間			周辺散歩 海辺のカフェで ランチ	海辺のカフェでテレ ワーク 2時間	移動	15:30-16:30 座禅@建長寺		Work 1時間	ホテルの近所 で夕食	free time 就寝	
3日目/休日	起床	座禅@円 覚寺	朝食・free time		鎌倉駅周辺 観光・街歩き		ランチ	江ノ島駅周辺 観光・街歩き		湘南キャンドル2022		夕食・free time 就寝			
4日目/休日	起床	座禅@由 比ヶ浜	朝食・free time			Check out	由比ヶ浜 散歩	ランチ	鎌倉駅でお土産を購入し、帰路へ			自宅へ帰宅			