TRAVEL MAGAZINE
2018 SEPTEMBER / NOVEMBER

헬스조선 비타투어 프리미엄 여행 소식지

HEALING TIME

NO.21



찬란한 가을속으로!
캐나다 밴프와 메이플로드, 이탈리아 토스카나·피에몬테, 일본 간사이, 제주 가을, 한려수도의 섬, 남도의 가을, 꽃무릇 핀 가을 길, 울릉도

가을 사색 걷기여행
일본 미야기 올레와 규슈올레, 산티아고 순례자의 길, 제주 스페셜올레

크루즈 타고 꿈의 나라로
남미 일주 하와이 골프, 다뉴브강, 발칸유럽

여행 천국, 미국!
하와이 빅아일랜드, 하와이 카우아이·마우이·오하우, 하와이 현지인처럼 살기, 추석 미서부 5대 국립공원

예약하자! 여행 버킷리스트 '그곳'
남미, 중미, 아프리카, 밀퍼드, 오키나와, 미야기, 북인도

2018년 9~12월 비타투어 여행 스케줄

일정		프로그램	여행 정보	참가비
9월	5일 ~ 8일(3박 4일)	일본 아오모리 · 하코다테 힐링 여행	산책(하루 1~2시간 2일)	205만원
	9일 ~ 13일(4박 5일)	제주 스페셜 올레 걷기	트레킹(하루 4~5시간 4일)	120만원
	16일 ~ 19일(3박 4일)	꽃무릇 따라 가을 길 여행	하이킹(하루 1~3시간 4일)	115만원
	17일 ~ 20일(3박 4일)	명의와 떠나는 청도 건강크루즈	산책 · 관광 1일	79만9000원 (승조원 경비 29달러 · 비자비 7만원 불포함)
	21일 ~ 30일(7박 10일)	한.가.위 미서부 국립공원 워킹&힐링	하이킹(하루 2~3시간 4일, 1시간 1일)	590만원
10월	4일 ~ 19일(14박 16일)	스페인 산티아고 순례자의 길 걷기(200km)	트레킹(하루 6~8시간 10일)	580만원
	6일 ~ 9일(3박 4일)	일본 미야기 올레 걷기(개장식 참가)	트레킹(하루 4~5시간 2일)	198만원
	9일 ~ 12일(3박 4일)	걷고 싶은 섬, 울릉도	트레킹(하루 1~2시간 1일, 4~5시간 2일)	120만원
	9일 ~ 18일(8박 10일)	캐나다 밴프와 동부 메이플 로드	산책(하루 3~4시간 1일)	495만원
	17일 ~ 25일(7박 9일)	이탈리아 토스카나 · 피에몬테 전원 산책	산책(하루 1시간 2일)	550만원
	21일 ~ 24일(3박 4일)	제주 가을 만끽하기 1차	트레킹(하루 3시간 1일, 5~6시간 3일)	110만원
	22일 ~ 25일(3박 4일)	한려수도의 도도(島島)한 가을 1차	하이킹(하루 2~3시간 3일)	130만원
	26일 ~ 11월 1일(5박 7일)	하와이 빅아일랜드 · 오아후 워킹&쉼	트레킹(하루 2시간 1일, 4~5시간 1일)	398만원
	28일 ~ 31일(3박 4일)	제주 가을 만끽하기 2차	트레킹(하루 3시간 1일, 5~6시간 3일)	110만원
	29일 ~ 11월 1일(3박 4일)	남도의 가을, 비밀의 길(전라도) 1차	하이킹(하루 1~2시간 1일, 2~4시간 3일)	115만원
	29일 ~ 11월 1일(3박 4일)	일본 운젠 시마바라 힐링 산책	산책(하루 1시간 2일)	179만원
11월	1일 ~ 28일(28일)	꽃중년 중미 완전정복	트레킹 하루 1~4시간 5일, 패들보트 · 카약투어 · 스노클링 · 튜브링 · 항공투어 · 싱크홀 수영 · 벌룬투어 체험	1950만원
	2일 ~ 8일(5박 7일)	하와이 카우아이 · 마우이 · 오아후 힐링 트레킹&쉼	트레킹(하루 2시간 1일, 4시간 2일, 7~8시간 1일)	398만원
	5일 ~ 8일(3박 4일)	남도의 가을, 비밀의 공간(전라도) 2차	하이킹(하루 1~2시간 1일, 2~4시간 3일)	115만원
	6일 ~ 9일(3박 4일)	일본 나고야 미에현 이세골프	골프 라운딩 3회·관광	260만원
	12일 ~ 15일(3박 4일)	한려수도의 도도(島島)한 가을 2차	하이킹(하루 2~3시간 3일)	130만원
	12일 ~ 15일(3박 4일)	일본 규슈올레 가을 길 걷기	트레킹(하루 3~4시간 2일, 4~6시간 2일)	189만원
	26일 ~ 29일(3박 4일)	일본 간사이 3色 힐링여행 1차	산책(하루 1~2시간 4일)	198만원
12월	3일 ~ 6일(3박 4일)	일본 간사이 3色 힐링여행 2차	산책(하루 1~2시간 4일)	198만원

* 참가비는 유류할증료와 가이드경비가 포함됐습니다. 상기 일정은 항공이나 현지 사정에 따라 변동될 수 있습니다.

가을 테마 여행

찬란한 가을 속으로!

여름이 뜨거울수록 가을이 잘 영근다. 폭염도 결국 지나고 가을은 오고야 말 것이다.
붉은 단풍의 물결, 이보다 먼저 피는 붉은 꽃, 너른 대지에 익어가는 포도들, 가을바람이 불기 시작한 바다….
헬스조선 비타투어는 전 세계의 찬란한 가을만을 여행한다.


메이플 로드 ©셔터스톡

캐나다

캐나다 밴프와 동부 메이플 로드(Maple Road)

단풍이 붉게 물든 캐나다의 가을은 화려하고 매혹적이다. 천혜의 자연환경을 자랑하는 캐나다는 사계절 아름답지만, 드넓은 자연을 물들인 스케일 다른 단풍은 이 시기, 이곳이 아니면 볼 수 없다. 올가을, 캐나다 로키의 아름다운 자연을 감상하고 전 세계가 사랑하는 메이플 로드의 붉은빛에 빠져보자. 헬스조선 비타투어는 단풍이 절인 10월 중순, 캐나다 동부와 서부를 한 번에 둘러보는 '색(色)다른 가을 여행'을 진행한다.

캐나다 가을의 꽃은 메이플 로드다. 붉은색, 주황색, 노란색 물감을 풀어 놓은 듯 오색찬란한 단풍의 향연은 봄꽃보다 아름답다. 메이플 로드에서 가장 유명한 단풍 명소인 퀘벡 주 몬트리올을 시작으로 오타와, 토론토, 나이아가라 등 캐나다 동부 주요 도시와 관광지를 방문한다. 캐나다 동부가 붉은빛으로 물들기 시작하면 로키산맥으로 대표되는 서부는 황금빛으로 옷을 갈아입는다. 세계 10대 절경으로 꼽히는 '레이크 루이스'를 비롯해 밴프·요호 국립공원의 웅장한 산군(山群)과 에메랄드빛 호수의 파노라마를 가벼운 산책으로 느긋하게 감상한다. 캐나다에서 가장 아름다운 고속도로인 아이스필드 파크웨이(93번 하이웨이)를 따라 달리며, 차창 밖으로 펼쳐진 황금빛 단풍을 만끽한다.


토론토 ©셔터스톡

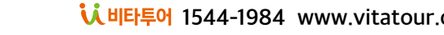

나이아가라폭포 © 캐나다관광청

Travel Info

일정 10월 9일~18일(8박 10일) **참가비** 495만원(유류할증료·가이드 경비 포함)
주요 관광지 퀘벡, 몬트리올, 오타와, 킹스턴, 나이아가라 폭포, 밴프, 요호 국립공원, 캔모어


발도르차 평원


이네후나야 ©마이즈루시관광협회


친퀘테레


피렌체

이탈리아

이탈리아 토스카나 · 피에몬테 전원 산책

토스카나의 가을은 태양보다 찬란하고 와인보다 감미롭다. 와인과 풍경이 익어가는 계절, 비타투어는 오직 이곳에서만 볼 수 있는 전원 풍경 속을 산책하고, 이탈리아를 대표하는 와인 산지인 토스카나와 피에몬테의 와이너리를 방문한다.

최초로 슬로 시티 운동이 시작된 오르비에토, 가을을 닮은 도시 시에나, 르네상스를 꽃피운 낭만의 도시 피렌체, 골목마다 종소리가 울려 퍼지는 탑의 도시 산지미냐노 등 중세 모습을 고스란히 간직한 토스카나 주(州)의 매력적인 도시를 방문한다. 발도르차 평원의 고요한 온천마을 바뇨비뇨니와 보카치오의 고향 체르탈도 등에서는 이탈리아 중부의 정취를 느껴본다. 일반 패키지여행과 달리 한 도시에서 여유롭게 머물기 때문에 마을 구석구석을 느긋하게 둘러볼 수 있다.

이번 여행의 핵심은 발도르차 평원에서 즐기는 '구름 속의 산책'. 안개가 걷히지 않은 이른 새벽, 평원의 포도밭 사이를 걷다보면 토스카나 대지를 물들이며 동이 터온다. 율동감 넘치는 대지, 그 대지를 가득 채운 포도밭, 그 사이로 줄지어 선 사이프러스 나무가 정취를 더한다. '와인이 없는 식사는 이탈리아가 아니다'라는 말처럼 일정 동안 와인이 어울린 식사를 한다. 키안티 와이너리에서는 포토밭 한 가운데 있는 레스토랑에서 정찬을 즐긴다. 토스카나에선 '브루넬로 디 몬탈치노'와 '키안티 클라시코'를, 피에몬테에서는 와인의 왕 '바롤로'를 맛본다. 해안 절벽에 보석처럼 박힌 다섯 개의 마을 '친퀘테레'에 들러 요동치는 에메랄드빛 바다를 감상한다. 이탈리아를 최소 한 번 이상 여행한 사람에게 추천한다.

Travel Info

일정 10월 17일~25일(7박 9일)
주요 관광지 오르비에토, 치비타, 피엔차, 몬탈치노, 체르탈도, 피렌체, 시에나, 친퀘테레, 아스티
참가비 550만원(유류할증료·가이드 경비 포함)

일본

'바다의 교토' 간사이 3色 힐링여행

일본의 천년 고도(古都) 교토와 고베가 있는 간사이 지방은 일본 내에서도 가장 고풍스러운 단풍 여행지다. 비타투어는 '간사이 3色 힐링여행'을 개시한지 3년째를 맞아 '바다의 교토'란 독특한 볼거리를 추가했다. 화려한 단풍과 물 좋은 온천, 간사이 요리는 여전하다.

출발은 간사이의 단풍이 절정인 11월 말과 12월 초 두 번 진행한다. 간사이 여행하면 대부분 '오나교(오사카, 나라, 교토의 줄임말)'만 둘러본다. 비타투어는 교토의 북부 '바다의 교토'로 간다. '일본 3대 절경' 아마노하시다테가 여기 있다. 8000그루의 소나무 숲이 바다를 가로 지는데, 길이만 3.6km, 폭은 20m다. 만든 게 아니라 자연적으로 모래가 쌓이고 소나무가 자란 것도 신기한데, 거꾸로 보면 용이 승천하는 모양이다. 소나무 숲도 걷지만 케이블카를 타고 카사마츠 공원 전망대에서 봐야 제대로다. 굳이 거꾸로 보지 않아도 충분히 아름답다. 30분 거리에 있는 수상가옥 마을 이네후나야도 볼 만하다. 해안선을 따라 2층짜리 수상가옥이 늘어서 있는데 앞마당이 바다인 셈. 편안하고 정겨운 항구 마을을 거닐어본다. '1만엔' 지폐에 담길 정도로 예쁜 사원 '뵤도인'과 일본 4대 국보급 성(城) '히코네 성', 에도시대 명원(名園) '겐큐엔' 등은 눈에 넣어도 아깝지 않다. 단풍마저 곱게 물들어 발길을 붙잡는다. 마지막 날에는 윤동주 시인이 교우들과 마지막 사진을 찍었던 우지강 아마가세 구름다리도 들린다. 매일 가볍게 산책할 정도의 체력만 있으면 참여할 수 있다.

Travel Info

일정 1차 11월 26일~29일, 2차 12월 3일~6일(3박 4일)
주요 관광지 도게츠교, 이네후나야, 아마노하시다테, 카사마츠 공원, 히코네 성, 겐큐엔, 뵤도인
참가비 198만원(유류할증료·가이드 경비 포함)

Tip 3色 힐링 포인트



오사카나 교토에서도 거리가 있어 아직 가본 사람이 많지 않은 '바다의 교토'. 일본에도 이런 수상가옥이 있다는 데 놀라고, 일본 창세 신화가 깃든 3대 절경까지 볼 수 있다.



간사이에는 세월의 켜가 내려앉은 사찰과 정원 등이 많아 예스런 정취 가득하다. 역사 깊은 만큼 단풍 빛도 그윽하다. 비타투어는 덜 붐비는 시가와 우지의 단풍 명소를 소개한다.



온천욕을 즐길 수 있는 숙소에 머문다. '일본 3대 호수' 비와호를 끼고 있는 온천마을 오고토에서는 호수 바로 앞 호텔에 머문다. 방마다 딸린 노천온천(로텐부로)에서 비화호를 바라보며 하는 온천욕은 최고의 호사. 시가 규(소고기)로 만든 가이세키와 교토 전통 두부요리 유도후 등 건강한 간사이 요리를 맛본다.


신안 태평염전 ©한국관광공사

남도의 가을, 비밀의 길(전라도) 1·2차

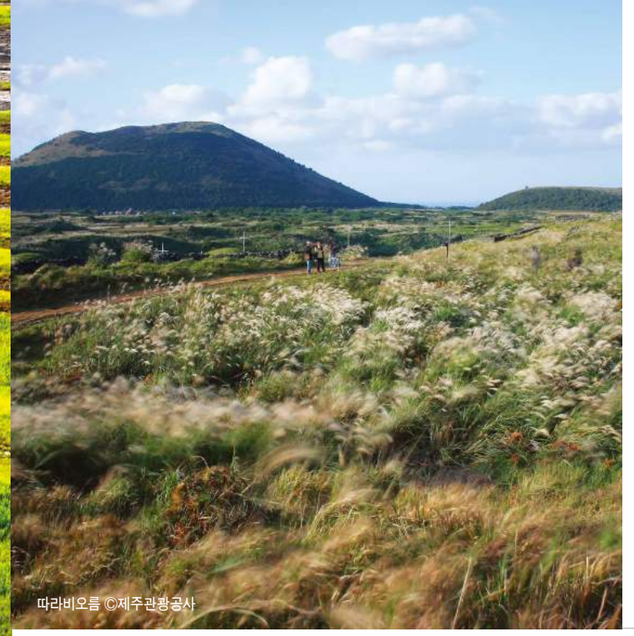
국내

너무 아끼기 때문에 아무에게도 알리고 싶지 않은 곳이 있다. 다산 정약용 선생과 미당 서정주 시인의 '비밀'의 공간은 가을에 더 아름답다. 강진에는 '백운동 정원'이 있다. 호남 3대 별서정원으로 꼽히는 담양 소쇄원과 보길도 부용동에 비해, 백운동 정원은 널리 알려지지 않았다. 정약용은 단 하룻밤 이곳에 묵고 나서 이곳에 마음을 빼앗겼다. 초의선사에게 그림을 그리게 하고 직접 12경(景)을 뽑아 시를 지어 시화첩 '백운첩'을 남겼다. 그 존재가 한동안 사라졌다가 2001년 다시 발견되면서 300년 만에 백운동 정원도 이 세상에 알려지게 됐다. 소담한 흙길, 무성한 동백나무 숲과 대나무 숲을 차례로 지나 청아한 계곡 곁에 백운동 정원이 있다. 고즈넉한 정원에서는 절로 걸음이 느려진다. 잠시 눈을 감으면 백운첩의 옛 그림과 시구 사이를 거니는 듯 운치 있다. 서정주 시인의 고향 고창 선운마을은 이 시기 노란 국화가 지천이다. 미당의 시 세계에 뿌리가 된 질마재길에는 너른 들판, 곰소만, 변산반도가 어우러진 풍경이 걸린다. 사계절 편안한 신안의 증도 모실길과 김제 모악산 둘레길, 강진 가우도 둘레길 등을 하루 2~3시간씩 걷는다.

Travel Info

일정 1차 10월 29일~11월 1일, 2차 11월 5일~8일(3박 4일)
주요 관광지 김제 모악산 둘레길, 강진 달빛길·가우도 둘레길, 증도 모실길, 고창 미당 시문학관
참가비 115만원(2인 1실 기준)


백운동 정원 © 강진군청


따라비오름 ©제주관광공사

제주 가을 만끽하기 1·2차

가을 제주의 절경을 꼽자면, 억새꽃 핀 오름과 가을 빛 더해진 숲 그리고 노을 예쁜 바다다. 이맘때 '오름의 여왕' 따라비오름 일대는 출렁이는 은빛 억새 물결이 바다를 이룬다. 신촌 닭머르길에서는 푸른 바다와 어울린 억새를 보며 기분 좋은 가을날의 트레킹을 나선다. 가을바람을 벗 삼아 머체왓숲길, 절물자연휴양림, 한라생태숲 등 제주의 자연 속을 거닌다. 해가 뉘엿뉘엿 지는 당산봉 둘레길에서는 황금빛으로 물드는 바다 노을을 감상한다. 제주 곳곳을 걷기 때문에 단단히 채비를 하고 참여해야한다. 걷다 힘들면 그냥 주저앉아 풍경만 즐겨도 좋다.

Travel Info

일정 1차 10월 21일~24일, 2차 10월 28일~31일(3박 4일)
주요 관광지 따라비오름, 닭머르길, 저지오름, 이승악오름, 머체왓숲길, 교래자연휴양림, 한라생태숲
참가비 110만원(2인 1실 기준)

꽃무릇 따라 가을 길 여행

9월 중순 만개한 꽃무릇 숲길을 걸어보자. 3박 4일 동안 국내의 꽃무릇 비경을 감상하고 싶은 중장년이나 노부부에게 맞춰 일정을 기획해 하루 2~3시간만 천천히 걷는다. 걷고 나서는 남도 맛집에서 식사하고, 인근 4성급 호텔에서 편히 잔다. 영광 불갑사는 국내 꽃무릇 군락지 중 최고다. 절 입구부터 '꽃무릇 바다'인데, 대웅전 뒤편 저수지에 다다르면 '억' 소리가 절로난다. 섬 속 꽃무릇도 붉다. '지붕 없는 미술관' 고흥 연홍도의 숲길과 벽화가 예쁜 골목길도 걷는다. 함양 선비길, 지리산 둘레길, 거금도 둘레길, 순천만습지 등도 걸어보자.

Travel Info

일정 9월 16일~19일(3박 4일)
주요 관광지 산청, 함양 선비길, 구례 지리산둘레길, 고흥 연홍도, 불갑산
참가비 115만원(2인 1실 기준)


불갑사 ©영광군청


소매물도 ©한국관광공사

비타투어 1544-1984 www.vitatour.co.kr

한려수도의 도도(島島)한 가을 1·2차

10월에는 폐부 깊숙이 파고드는 남해의 바닷바람을 타고 가을이 온다. 한려수도의 보석 같은 도시 통영을 기점으로 개별적으로도 가기 힘든 인근 섬을 찾는다. 사량도의 허리춤을 따라 걷는 둘레길과 한국관광공사가 꼭 가봐야 할 명소라 꼽는 소매물도 등을 걷는다. 진시황제의 명을 받고 불로초를 구하려고 소매물도에 온 신하는 아름다움에 반해 글까지 새겼다고 한다. 이국적인 요트를 타고 한산도를 여행하고, 사천에서는 바다 케이블카로 바다와 섬을 조망한다. 하루 1~2시간씩 3일간 산책하는 수준으로 걷고, 소매물도의 바위길만 난이도가 있다. 용산에서 진주까지 KTX로 한 번에 이동해 덜컹거리는 버스의 불편함이 덜하다.

Travel Info

일정 1차 10월 22일~25일, 2차 11월 12일~15일(3박 4일)
주요 관광지 고성 상족암길, 통영 사량도·소매물도, 서피랑길, 한산도
참가비 130만원(2인 1실 기준)


울릉도 도동 ©울릉군청

걷고 싶은 섬, 울릉도

하늘이 청명해지는 가을, 울릉도는 예쁘다. 이때에 맞춰 비타투어는 3박 4일간 트레킹하며 여행한다. 다른 패키지여행에 보다 하루 더 머물며 울릉도의 비경을 제대로 본다. 90% 이상이 산지인 탓에 다소 힘들 수 있다. 울릉 해담길, 행남 해안산책로, 태하 해안산책로, 죽도를 걷는다. 날이 좋으면 독도에 입도한다. 약소 불고기, 홍합밥 등 울릉도 별미는 보너스. 모든 객실에서 바다가 훤히 보이는 라페루즈 리조트에서 머물고, 강릉까지는 버스대신 KTX를 타고 이동해 편하다. 가을은 뱃길이 만만치 않아 단 한 차례만 출발한다.

Travel Info

일정 10월 9일~12일(3박 4일)
주요 관광지 죽도, 독도, 울릉 해담길, 행남 해안산책로, 태하 해안산책로
참가비 120만원(2인 1실 기준)

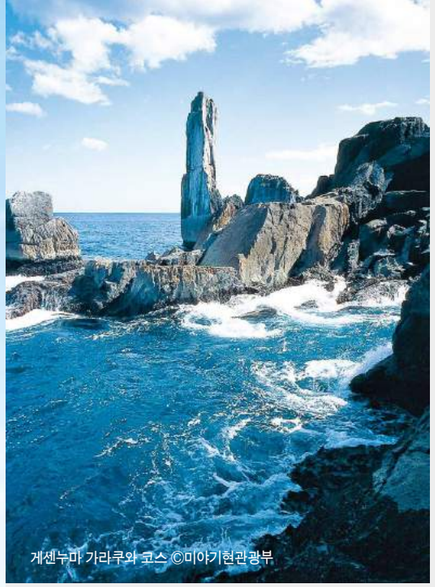
가을 트레킹 여행

인생의 쉼표, 걷기 여행

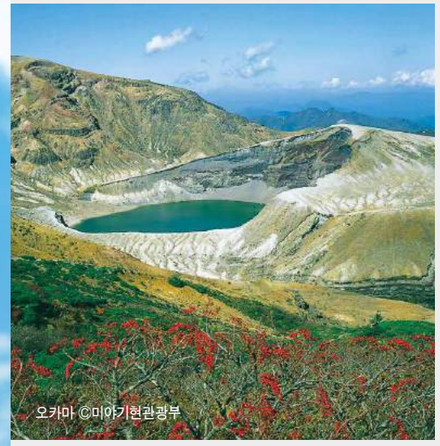
선선한 바람 불고, 풍경은 스산해진다. 가을 인생의 쉼표 한 번 찍기 딱 좋은 계절이 돌아왔다. 헬스조선 비타투어는 깊어지는 가을 한 가운데를 걷는 여행을 준비했다. 무작정 걷는 여행이 아닌 진정 나만을 위한 시간, 생각이 고이지 않는 자극, 건강에 도움을 주는 길로 여정을 구성했다.



비타투어 1544-1984 www.vitatour.co.kr



게센누마 가라쿠와 코스 ©미야기현관광부



오카마 ©미야기현관광부

일본 미야기 올레 가을 길 걷기

외국 땅에 생기는 세 번째 올레가 10월 개장한다. 미야기 현은 일본 혼슈 섬 북동쪽 태평양과 면하고 있다. 비타투어는 '미야기 올레 걷기'를 개장식에 맞춰 진행한다. 10월 한글날에 하루 휴가만 내면 개장식에 3박 4일로 다녀올 수 있다.

잔치는 북적여야 한다. 분명 미야기 올레 개장식은 지역 인사는 물론이고, 마을 주민과 각처에서 모여든 사람들로 북적일 게 뻔하다. 비타투어의 '미야기 올레 걷기'는 이런 흥겨운 잔치로의 초대다. 개장식은 역사에 단 한번이니 이점도 의미 있다. 걷기를 사랑하며, 제주와는 또 다른 풍경의 올레를 걸어보고 싶고, 현지인 어울리고 싶다면 이번 여행이 딱이다.

게센누마 가라쿠와 코스는 10월 7일, 오쿠마츠시마 코스는 8일 개장한다. 두 코스 모두 바다를 끼고 걷는데 어렵지 않다. 제주올레에 비추었을 때 중간 난이도와 산책길 정도다. 가라쿠와 코스는 2억년 전 퇴적층이 만든 미사키 곶과 기암괴석의 전시장 오가마 곶, 반조 곶 등을 모두 만날 수 있다. 완주지점에서는 야생화 해안의 꽃들의 세러모니가 펼쳐진다. 오쿠마츠시마 코스는 출발해서 바닷길과 후박나무 숲, 논길, 동백나무숲을 차례로 걸어 출발점으로 돌아온다. 하이라이트는 오타카모리 산 전망대. 마츠시마 만과 드넓은 태평양의 파노라마가 막힘없이 360도로 펼쳐지는 데 더없이 시원하다. 개장식 때는 중간 중간 현지 주민들이 나와 있을 예정이다. 소박한 차와 간식을 건네는데 순박한 미소에 절로 힘이난다. '일본 3대 절경' 마츠시마와 자오 국정공원의 산정호수 오카마 등 미야기 자연명소 관광 포함.

Travel Info

일정 10월 6일~9일(3박 4일) **참가비** 198만원(유류할증료·가이드 경비 포함)
주요 관광지 미야기올레 2개 코스, 마츠시마, 자오 에코라인

Tip. 코스 소개

> 게센누마 가라쿠와 코스
길이 11km **소요시간** 4~5시간 **난이도** 중
가라쿠와 방문자센터~미사키 신사~미사키 곶~휴게소~야생화 해안

> 오쿠마츠시마 코스
길이 10.5km **소요시간** 4시간 **난이도** 중하
세루코홈 아오나미~사토하마조몬노사토~하츠츠우라~신하마미사키~세루코홈 아오나미



억새 핀 규슈올레

일본 규슈 올레 가을 길 걷기

제주도를 한 바퀴 도는 제주올레와 달리, 규슈올레는 7개 현마다 지역의 특징을 잘 보여주는 코스로 구성돼 있다. 코스 길이는 하루에 걷기 적당한 10~15km 정도. 한 코스만 걸어도 해안, 심산유곡, 농가 풍경을 모두 만날 수 있어 걷는 재미가 있다. 걷고 난 후에는 매일 정갈한 일본 요리와 온천욕을 즐긴다. 걷기와 느긋한 휴식을 찾는 이들에게 안성맞춤이다. 비타투어가 매년 진행하는 '규슈 올레 가을 길 걷기'는 21개에 달하는(2018년 현재) 일본 규슈 올레 코스 중 가을 풍경이 가장 아름다운 길만 골라 걷는다. 올 가을에는 협곡과 폭포를 수놓은 단풍을 감상할 수 있는 다차키호 올레(11km), 온천 휴양지로 유명한 벳푸 올레(11km), 올해 새롭게 개장한 신규 코스인 지쿠호·가와라 코스(11.8km)와 사이키·오뉴지마 코스(10.5km)를 포함했다. 매해 새로 개장한 코스나 변동되는 내용을 반영해 일정을 구성한다. 이 때문에 한 번 다녀온 사람이 다시 참석해도 색다른 길을 걸어볼 수 있다.

Travel Info

일정 11월 12일~15일(3박 4일) **참가비** 189만원(유류할증료·가이드 경비 포함)
주요 관광지 다카치호 코스, 벳푸 코스, 지쿠호·가와라 코스, 사이키·오뉴지마 코스

스페인 산티아고 순례자의 길 걷기(200km)


산티아고 순례자의 길

산티아고를 여행했던 50대 남성은 순례길을 다녀온 것이 자신의 삶을 크게 바꾸었다고 회고한다. 이후로 그는 걷기 여행에 빠져 1년에 한두 번은 꼭 걷기 여행을 떠난다. 강동경희대병원의 한방신경정신과 김종우 교수는 "이 여행을 통해 인생에서 한걸음 물러나 여유를 가지고 무엇이 진정 나에게 필요한 것인지를 깨달았습니다. 한 템포 쉬어갈 수 있는 지혜를 얻었습니다"고 고백한다. 그에게 깨달음을 준 산티아고 순례길을 비타투어와 걸어보자.

걷기 여행으로 세계에서 가장 유명한 길 중 하나인 스페인 산티아고 순례자의 길(Camino de Santiago). 예수의 열두 제자 중 한 사람인 성 야고보의 무덤이 있는 산티아고 데 콤포스텔라로 향하는 길을 말한다. 총 거리 800km로, 하루 20~30km씩 걸어도 한 달 이상 걸린다. 헬스조선 비타투어는 시간과 체력에 여유가 없는 이들을 위해 순례길의 출발 지점인 생장에서 시작해 주요 구간인 전반부 75.1㎞와 산티아고 데 콤포스텔라까지 이어지는 후반부 130㎞를 걷는다. 순례자 공용숙소(알베르게) 대신 인근 도시의 4성급 호텔에서 충분히 쉬기 때문에 오로지 걷기에만 집중할 수 있다. 전 일정 여러 차례 비타투어 순례팀을 이끌고 완주한 경험이 있는 한국인 가이드 동행.


순례자의 표식, 가리비 ©셔터스톡

Travel Info

일정 10월 4일~19일(14박 16일) **참가비** 580만원(유류할증료·가이드 경비 포함)
주요 관광지 프랑스 루르드 샘, 스페인 레온 · 루고, 포르투갈 포르토

돌담, 숲, 바다, 마을을 차례로 지나는 제주올레



제주 스페셜 올레 걷기

제주올레는 모두 21개의 정규코스와 5개의 스페셜 코스가 있다. 이번 가을에는 지난봄 '제주 올레 완주 프로그램'에서 빠진 스페셜 코스 5개를 모두 걷는다. 가장 큰 장점은 섬 올레 세 곳을 걸어볼 수 있다는 점. 1-1코스 우도 올레(11.5km, 4~5시간)는 하우목동항을 출발해 우도봉과 서빈백사를 지나 우도를 한 바퀴 돈다. 10-1코스 가파도 올레(4.3km, 1~2시간)는 느리게 걸어도 될 정도로 짧은 코스. 길을 걷기보다 '안식의 섬' 가파도에서 잠시 머무르는 느낌이다. 18-1코스 추자도 올레(18.2km, 6~8시간)는 배 시간 때문에 상추자도와 하추자도의 핵심 구간만 걷는다. 발을 옮길 때마다 겹겹이 보이는 섬 봉우리와 끝없이 펼쳐진 제주의 푸른 바다를 조망할 수 있다. 날씨의 영향을 많이 받으므로, 기상으로 인해 현지 일정이 조정될 수 있다.

Travel Info

일정 9월 9일~13일(4박 5일)
참가비 120만원(2인 1실 기준)
주요 관광지 우도올레, 서귀포올레, 가파도올레, 저지-서광올레, 추자도 올레


바다 위의 특급 호텔, 크루즈 ©셔터스톡

바다 위의 특급 호텔, 크루즈

특급 리조트 수준의 객실과 레스토랑, 수영장, 영화관 등 다양한 서비스를 무제한 누리는 것은 크루즈만의 매력이다. 거대한 남미 대륙을 편하게 여행하거나, 하와이의 명문 골프 클럽마다 라운딩을 즐기거나, 유럽의 가장 낭만적인 휴양지를 떠돌거나, 비타투어의 크루즈 여행에는 특별한 한 수가 있다.

크루즈 타고 떠나는 남미 일주

남미여행은 '고생'할 각오로 떠나는 사람이 많다. 비타투어는 체력적인 부담으로 남미여행을 망설이는 시니어를 위해 '크루즈'를 타고 지역적 거리가 먼 구간을 이동하는 남미일주 프로그램을 진행한다. 한국을 출발해 리우데자네이루, 이과수 등을 관광하고, 부에노스아이레스에서 크루즈에 승선한다. 10일 동안 아르헨티나 우수아이아, 우루과이 몬테비데오, 영국령 포클랜드 제도, 칠레 푼타아레나스 등을 이동하며 둘러본다. 크루즈에서 내린 뒤엔 육로 관광으로 마추픽추, 페리토 모레노 빙하, 토레스 델 파이네 국립공원 등 나머지 남미 명소를 여행한다. 육로 관광 중에도 이동거리가 긴 구간은 비행기를 이용한다. 전 일정 한국인 전문 크루즈 인솔자가 동행한다.


마추픽추 ©셔터스톡

Travel Info

일정 2019년 2월 23일~3월 22일(28일)
주요 관광지 6개국 18지역 (브라질, 아르헨티나, 우루과이, 칠레, 페루, 영국령 포클랜드)
참가비 1990만원(유류할증료·가이드 경비 포함)

Tip. 남미크루즈 여행 설명회 개최

일시 8월 30일 오후 3시
문의·신청 1544-1984
장소 광화문 TV조선건물 1층 라온홀
※ 자료 준비 등으로 반드시 미리 전화 접수해주세요.

2019년 예정 크루즈 여행

하와이 4개섬 크루즈 일주&골프

하와이 명문 클럽에서 라운딩을 즐기는 골프투어는 골퍼들의 로망. 마우이, 빅아일랜드, 카우아이, 오아후 4개 섬을 크루즈로 이동하며, LPGA가 열리는 골프장에서 라운딩을 한다. 단독 전용차량을 타고 섬 곳곳을 둘러보는 것도 빼놓지 않는다. 전 일정 스태프 동행.

다뉴브 강 리버 크루즈

유럽의 동쪽을 흐르는 낭만 가득한 강, 다뉴브를 크루즈로 여행해보자. 소형 스위트 선박이라 크기는 작지만 오션크루즈보다 다른 공간이 더 여유롭다. 객실에 누워 유럽의 풍경과 전원을 내려다보는 묘미가 있다. 각 도시마다 내려 가볍게 산책과 관광, 쇼핑을 하고 다시 배에 오른다.

발칸 유럽 힐링크루즈

크루즈 여행의 장점과 육로 여행의 장점을 엮었다. 이탈리아, 그리스, 크로아티아 등의 휴양지는 크루즈로 여행한 뒤, 크로아티아의 플리트비체 국립공원과 블레드 호수 등은 버스를 타고 이동한다. 코르푸, 미코노스, 산토리니 등 꿈같은 그리스의 섬도 찾는다.

'여행 천국' 미국의 절경 BEST 4

무엇을 상상하든 그 이상을 볼 수 있는 나라, 미국. 비타투어가 꼽은 최고의 뷰포인트 네 곳을 소개한다. 황량하거나, 뜨겁거나, 아찔하거나, 환상적인 풍경을 100% 느끼며 여행하자.



1 아찔한 수직의 협곡, 미국 서부

호스슈 밴드 ©셔터스톡

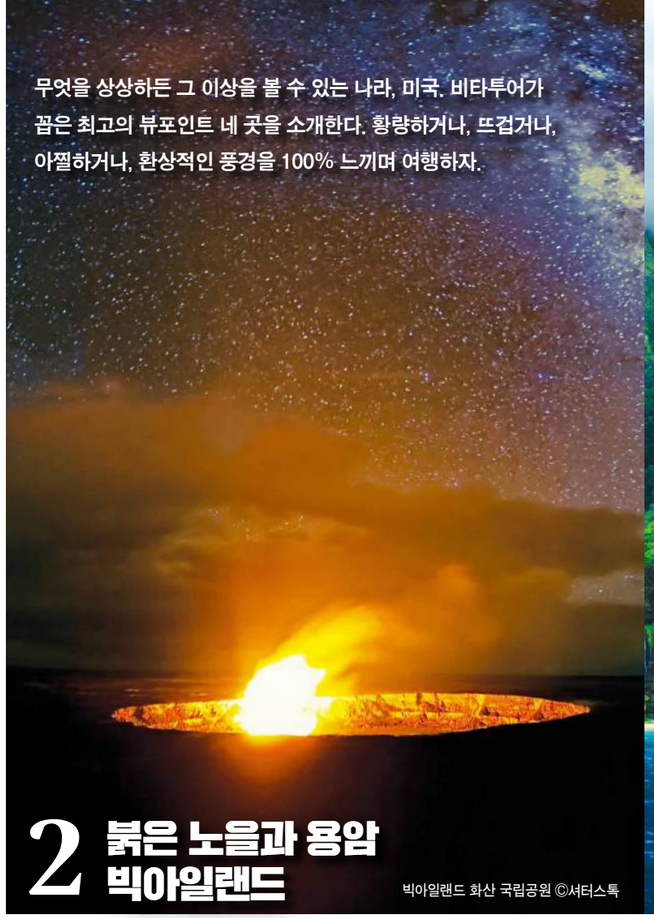
까마득한 수직의 협곡이 443km나 이어지는 그랜드 캐니언, 해가 뜨고 질 때면 오렌지색, 백색, 황색의 암석 기둥들이 고개를 치켜드는 브라이스 캐니언…. 한반도 보다 1.5배나 큰 미국 서부의 콜로라도 고원에는 여행자의 마음을 압도하는 대자연이 있다. 자그마치 20억 년이란 시간, 자연이 조각한 풍광은 경외감으로 다가온다. 중장년의 여행버킷리스트에서 미 서부가 빠지지 않는 이유다.

한.가.위 미서부 5대 국립공원 워킹&힐링

추석 특별기획으로 단 1회 출발한다. 10일 동안 그랜드 캐니언과 브라이스 캐니언, 자이언 캐니언, 데스밸리 등 5대 캐니언과 요세미티까지 미서부 국립공원을 집중 탐방한다. 사진만 찍고 이동하는 힘겨운 여정이 아니라 캐니언 깊숙이 걸어 들어가 대자연을 음미한다. 평균 1~3시간씩 5일 동안 천천히 걷고, 그랜드 캐니언국립공원 롯지에서 숙박한다.

Travel Info

일정 9월 21일~30일(7박 10일) **참가비** 590만원
주요 관광지 세도나, 그랜드·브라이스·자이언·엔털로프 캐니언, 호스슈 밴드, 데스밸리, 요세미티 국립공원



2 붉은 노을과 용암 빅아일랜드

빅아일랜드 화산 국립공원 ©셔터스톡

낯선 행성에 와있는 듯한 화산대지의 서편으로 해가 지면 동편으로 하나 둘씩 별이 떠오른다. 노을과 별이 공존하는 하늘아래 서 있는 것 자체로 황홀한 경험이다. 하와이 빅아일랜드의 최고봉 마우나케아(3000m)는 세계적인 별관측지다. 빅아일랜드가 요즘 '핫'한 이유가 또 있다. 3년 이상 화산활동이 뜸했는데, 최근 붉은 용암이 흘러내리기 시작한 것. 일생에 한 번 뿐일 광경을 보려고 수많은 사람들이 찾고 있다. 헬기나 보트에서도 용암을 볼 수 있는데, 그중 가장 안전하게 화산공원의 생생한 뷰를 볼 수 있는 트레킹을 추천한다.

하와이 빅아일랜드·오아후 워킹&쉼

제주의 6배에 달하는 빅아일랜드는 대부분 당일 관광하는 데 그친다. 4일 동안 머무는 일정은 비타투어의 강점. 하루 1~3시간 여유롭게 걸으며 빅아일랜드를 속속들이 경험한다. 마우나케아(3000m)에 올라 화산지대를 감싸고 태평양으로 지는 노을과 별을 감상한다. 무엇보다 안전하게 화산국립공원지대를 걸으며 용암지대를 탐방하는 호사를 누린다.

Travel Info

일정 10월 26일~11월 1일(5박 7일) **참가비** 398만원
주요 관광지 오아후 마카푸 포인트·다이아몬드헤드, 빅아일랜드 아카카폭포·하와이화산국립공원



나팔리 코스트 ©셔터스톡

3 태평양의 해안 절벽길 나팔리 코스트

하와이 카우아이의 나팔리 코스트는 영화 '쥬라기 공원' '킹콩' '식스데이 세븐나잇' 등의 로케이션 장소다. 태평양을 맞서듯 솟구친 산봉우리가 27km나 이어지는데, 카메라 렌즈로는 결코 담아낼 수 없다. 인간은 그 앞에서 한없이 무기력해질 뿐이다. 절벽은 날카로운 조각칼로 긁어낸 듯 거칠고, 절벽 위로 난 좁은 길에 서면 오금이 저린다. 원시의 자연과 에메랄드 빛 태평양을 동시에 즐길 수 있는 절벽 길은 나팔리 코스트가 최고다.

하와이 카우아이·마우이·오아후 힐링트레킹&쉼

하와이의 대표 섬 세 곳에서 트레킹을 할 수 있어 합리적이다. '태평양의 그랜드 캐니언' 카우아이 와이메아 캐니언과 '신이 조각했다는' 찬사를 받는 나팔리 코스트 등을 걸어서 감상한다. 하와이 최고봉이자 세계 최대의 분화구인 마우이 할레아칼라(3055m)의 환상적인 일출은 마우이에서 절대 놓치면 안 되는 풍광이다. 일출을 보고 18km의 트레킹에 도전한다. 오아후에서 휴양은 보너스.

Travel Info

일정 11월 2일~8일(5박 7일) **참가비** 398만원
주요 관광지 오아후 다이아몬드헤드, 마우이 할레아칼라, 카우아이 아와아와푸히·칼랄라우



와이키키 해변 ©셔터스톡

4 태평양이 품은 금빛 해변 와이키키

와이키키는 하와이 원주민 언어로 '솟구치는 물'이다. 북쪽에 산지를 끼고 남쪽으로 태평양이 시작되는데, 남국의 태양아래 빛나는 금빛 모래는 이곳을 세계 최고의 휴양지로 만들었다. 야자수 그늘 아래 앉아만 있어도 마음에 그늘이 사라진다. 와이키키는 한 번쯤 살아보고 싶다는 마음이 솟구치는 해변이다.

하와이 현지인처럼 살아보기

와이키키 해변이 내려다보이는 고급 콘도에서 한겨울을 따뜻하게 보내보자. 비타투어는 매주 요일별로 골프와 인근 섬 1박 2일 관광, 트레킹, 디너크루즈, 민속 공연관람 등의 프로그램을 제공하기 때문에 전혀 무료하지 않다. 디스커버리베이 콘도는 한인타운도 걸어갈 정도로 가깝고, 편의시설도 다 갖추었다. 두 차례 진행하며, 각 차례별로 12명씩만 모집한다.

Travel Info

일정 **1차** 2019년 1월 2일~31일, **2차** 2월 1일~3월 2일
주요 관광지 오아후, 카우아이, 빅아일랜드
참가비 객실타입에 따라 디럭스 시티뷰 1330만원, 디럭스 오션뷰 1350만원(항공료 별도)

다정다감 일본

**사계절 한 결 같이 정갈하고, 친절한 일본. 짧은 비행거리도 부담 없고, 온천욕이 가능하며,
눈과 입이 즐거운 요리까지 더해져 일본 여행은 언제나 반갑다. 비타투어가 일본 북쪽 끝 홋카이도부터
남쪽 규슈 섬까지 속속들이 뒤져 찾은 힐링 스폿을 소개한다.**





규슈 운젠 시마바라 힐링산책

일본 소도시 여행이 인기다. 아기자기하면서 지역마다 독특한 색채를 지닌 소도시는 매력 만점이다. 국내에 잘 알려지지 않은 나가사키 현 시마바라 반도는 한적해 기분좋게 여행할 수 있다. 석양이 아름다운 온천 마을 오바마, 에도시대의 정서가 깃든 물의 도시 시마바라, 일본 최초 국립공원이자 해발 700m 고원지대에 형성된 온천마을 운젠, 낭만 가득한 나가사키까지! 물 좋기로 소문난 온천도 맘껏 즐기자. 운젠의 유황온천, 오바마의 나트륨온천, 시마바라의 탄산온천 등 지역마다 특색있다. 겨울이 다가오니 온천 생각이 더 간절해 질 때다. 운이 좋으면 10월말 한창인 운젠의 단풍도 구경할 수 있다.

Travel Info

일정 10월 29일~11월 1일(3박 4일)
주요 관광지 나가사키, 운젠, 시마바라
참가비 179만원(유류할증료·가이드 경비 포함)

나고야 미에현 이세골프

혼슈 중부 미에현에는 명문 골프 클럽이 많다. 일본에서 유일하게 LPGA 공식경기를 치른 '긴테츠 가시코지마 G.C(18홀)'는 2006년부터 10년 동안 대회를 개최했다. 비타투어는 이곳을 포함해 타이거 우즈가 코스 설계를 극찬한 '후지 OGM 엑설런트 클럽(18홀)'과 태평양을 바라다 보이는 '긴테츠 하마지마 C.C(18홀)' 세 곳에서 라운딩을 하는 골프 여행을 시작한다. 머물게 될 리조트형 호텔 '프라임 리조트 카시코지마'는 품격 있는 쉼을 보장한다. 매일 라운딩이 끝나면 이세신궁과 오하라이마치·오카게요코쵸 거리 등을 관광한다. 2인 이상 언제든 출발할 수 있는 개별 여행도 가능하다.

Travel Info

일정 11월 6일~9일(3박 4일)
골프 라운딩 긴테스 카지코지마 G.C,
긴테스 하마지마 C.C, 후지 OGM 엑설런트 클럽
참가비 260만원(유류할증료·가이드 경비 포함)

비타투어 1544-1984 www.vitatour.co.kr

인기 프로그램 조기 예약하자!

※VIP 회원에 한해 조기 예약을 도와드립니다.

꽃중년 중미 완전정복



11월 1일~28일(28일),
참가비 1950만원
콜롬비아, 코스타리카, 과테말라, 벨리즈,
쿠바, 멕시코! 중미 6개국 완벽일주

일본 오키나와 푸른 겨울



12월 1차례, 2019년 1월 2차례
(4박 5일) 예정, 참가비 미정
'동양의 하와이' 오키나와에서
따스한 겨울 한 때를 보내자!

일본 미야기 겨울 이야기



2019년 1월~2월 3차례
(3박 4일) 예정, 참가비 미정
'스노우 몬스터'와 온천,
쌀의 고장 미야기에서 겨울 힐링을~

북인도 특급 힐링여행



2019년 1월 19일~27일(7박 9일),
참가비 390만원 예정
골든트라이앵글, 바라니시 등 대표명소
방문, 국내선 2회, 궁전호텔 숙박

뉴질랜드 밀퍼드 트레킹과 빙하빌리지



2019년 1월 27일~2월 7일
(10박 12일), 790만원
하루 90명만 들어갈 수 있는
태고의 자연의 길을 걷다!

꽃중년 남미 완전정복



1차 2019년 2월 15일~3월 20일,
2차 2월 22일~3월 27일(34일),
참가비 1900만원
남미의 명소를 한 번에 그리고 후회 없이
편하게 여행하라!

와일드&힐링 아프리카



2019년 2월(14박 15일) 예정,
참가비 미정
탄자니아, 짐바브웨, 보츠와나,
잠비아, 남아공….
야생의 땅, 아프리카!

VIP 회원 소식

1. 비타투어 VIP 회원제도

헬스조선에서 운영하는 여행 브랜드 비타투어 프로그램을 1회만 이용하시면 VIP 회원 자격이 부여됩니다. 두 번째 여행부터는 5% 할인된 금액으로 참여하실 수 있습니다. 회원분이 직계가족을 동반해 여행하실 때 1인에 한해서 동일하게 5% 할인가를 적용해드립니다(일부 행사에 따라 할인률이 다를 수 있음). 봄가을로 진행하는 걷기 행사에도 초대되며, 분기별로 발송되는 소식지 등을 보내드립니다. 인기 여행은 사전 예약이 가능하시며, 여행 대기이신 분은 우선적으로 참여하실 수 있도록 도와드립니다.

2. '도심 속 힐링 걷기' 가을 행사에 참여하세요!

'VIP 회원과 함께하는 힐링 걷기 행사'가 걷기 좋은 9월과 10월 두 번째 주 토요일에 진행됩니다. 회원 한 명당 비회원 1인과 함께 참가할 수 있습니다. 원활한 진행을 위해 선착순 100명만 모십니다. 행사 시작 전 접수 문자를 보내드립니다. 반드시 문자 주신 후, 대표번호(1544-1984)로 전화 접수해 주세요. 문자 접수 시 누락의 염려가 있어 전화 접수만 받습니다. 물과 식사를 제공합니다.

9월 8일 서울둘레길 4-2코스 양재시민의 숲(7.8km, 3시간 30분) 10월 13일 서삼릉 누리길(10.5km, 3시간)


당신이 꿈꾸는 쉼, 여행, 건강…
헬스조선 비타투어에 있습니다!
헬스조선은 조선일보의 건강·의료 전문 미디어그룹입니다.
✓ 스토리와 감동이 있는 여행
✓ 옵션관광, 쇼핑 등이 없는 여행
✓ 깨끗한 잠자리와 즐거운 식사
✓ '여행의 맛'을 살린 여행
✓ 진정성 있는 스태프가 함께하는 여행
비타투어
문의·신청 1544-1984
서울 중구 세종대로 21길 40 TV조선빌딩 1층 라온홀 | www.vitatour.co.kr | 카카오톡 상담 @헬스조선 비타투어