

洄瀾三天兩夜高端身心靈深呼吸養生課程行程預定表(馬耀親自解說)

日期	旅 程	地點
第 1 天 咖啡 一條 龍	下榻賽斯村	花蓮縣鳳林鎮鳳凰路 300 號
	下午茶歡迎會	賽斯村咖啡廳
	體驗採咖啡	咖啡園
	觀光咖啡	新鶴咖啡
	咖啡豆脫殼	馬耀咖啡(備用台 11 丙脫殼機)
	咖啡烘焙	壽豐咖啡
	晚餐	賽斯村餐廳
	咖啡 DIY(製作濾掛咖啡與包裝)	賽斯村咖啡廳
	夜宿	賽斯村
第 2 天 生態 食農 教育	太極深呼吸	鳳凰山莊園區
	早餐	賽斯村
	鳳信里農場(室外生態課程)	原生種達人(雨天備用花手巾植物染 DIY)
	蜂之鄉(室內生態課程)	鳳林總部
	午餐	家珈哩
	花園農作 DIY(室外生態課程)	大榮花園
	日式菸樓	大榮里
	晚餐	賽斯村餐廳
	咖啡 DIY(製作濾掛咖啡與包裝)	賽斯村咖啡廳
夜宿	賽斯村	
第 3 天 海岸線 依現況 調整	太極深呼吸	鳳凰山莊園區
	早餐	賽斯村
	雲山水	壽豐(自由行)
	七星潭	新城(自由行)
	662 食堂(午餐)	海洋深層水園區(花蓮漁港)
	花蓮溪洄瀾灣	雨天備用松園別館(自由行)
	花蓮高球場	揮桿體驗
	賦歸	花蓮火車站