

今年の夏は
奥志賀高原で心も身体も
解放してみませんか。

2020
グリーンシーズンのご案内



HOTEL
GRAND PHENIX
OKUSHIGA

ホテル グランフェニックス 奥志賀



お客様各位

平素は当ホテルをご愛顧いただきありがとうございます。新型コロナウイルス感染症に罹患された方およびご家族の皆様には、心よりお見舞い申し上げます。ならびに、医療従事者はじめ感染防止にご尽力されている皆様に、深く感謝申し上げます。

当ホテルは上信越国立公園内標高1,500mに位置し、大自然に囲まれており密のない環境にあります。また全客室にバルコニーもついており、お部屋に滞在中も新鮮な空気を感じながらお過ごしいただけます。さらに「Stay Clean」キャンペーンとして従来からの基準に追加してパブリックスペース、客室清掃、レストラン、アクティビティなどを中心に清掃・衛生基準を強化することにいたしました。今後も引き続きお客様および従業員の安全を常に心がけ、サービスをご提供いたします。

非常事態宣言期間中、皆様におかれてもStay Homeをされていたと思います。ホテルグランフェニックス奥志賀では以前より「筋肉が人の健康にいかに重要か」ということを提唱してきましたが、今回Stay homeで運動不足になってしまった状況においては重要性が増していると思います。

奥志賀溪谷や志賀高原界隈のトレッキングは小学生以下のお子様から高齢の方までお楽しみいただけるコースとなっております。昨年よりスタートした森林ヨガもパワーアップして初心者から上級者までお楽しみいただける内容となっております。お食事も筋肉アップにつながるビタミンD・タンパク質を意識したコース料理、また健康志向の方にはグルテンフリーや自然食を取り入れたメニューをご用意する予定です。また昨年オープンして皆様にご愛顧いただいております空中露天風呂や窓付きの大きなサウナもお楽しみいただけますので健康的に過ごした後は心身ともにリラックスしていただけます。

大変な時代になっておりますが、改めまして皆様の健康を心よりお祈り申し上げるとともに、スタッフ一同皆様にお会いできるのを楽しみにしておりますので是非このグリーンシーズンにお越しください。



HOTEL
GRAND PHENIX
OKUSHIGA

大自然と一体となって心と身体を癒す 森林ヨガ



お客様に最高のリラックスと癒しを味わっていただくため、壮大な自然の中で楽しめる「森林ヨガ」をご用意いたしました。ヨガは体質改善、健康・美容促進、ダイエットなど多くの効果が認められ日本国内においても人気が高まっております。奥志賀高原の大自然で行うヨガはその効果をさらに高め、スタジオでは味わうことのできない爽快感を満喫することができます。

今年はグループによる「森林ヨガ」「早朝ヨガ」に追加してプライベートレッスンも実施いたします。

森林ヨガ(期間中毎日開催)

【期間】2020年7月1日～9月30日

◎グループレッスン

森林ヨガ／16:30～17:30

早朝ヨガ／7:00～7:45

【料金】(グループレッスン1回あたり)

1,500円(宿泊者) 2,000円(外来)

◎プライベートレッスン／9:00～16:00の間

【料金】1人参加: 6,000円

2人参加: 4,000円(1人あたり)

3人以上参加: 3,000円(1人あたり)

※プライベートレッスンは予約制
※ヨガは要予約となっております。

奥志賀高原・志賀高原には様々なトレッキングコースがありますが、当ホテルのおすすめは奥志賀溪谷とカヤの平です。1500万年前に海底が隆起してできた緑色凝灰岩(グリーンターフ)が川底を形成する雑魚川に沿って形成されている奥志賀溪谷には大滝(おおぜん)や三段滝、ハーモニカの滝と言った見どころが凝縮されています。ブナの原生林の中を溪谷沿いに歩いて巡るウォーキングは大自然を全身に存分に体感できます。

ウォーキングは奥志賀溪谷遊歩道を歩きながらブナ林、「三段の滝」、「ハーモニカの滝」を約1.5時間かけて楽しむコース(ゆったりコース)と、それに追加して奥志賀溪谷で最も大きい滝である「大滝(おおぜん)」や「グリーンターフ」を含めて約2.5時間のウォーキングコース(健脚コース)があります。

ガイド付き奥志賀の自然を満喫する トレッキング(期間中毎日開催)

【期間】2020年6月20日～11月3日

午前: 9:00出発

◎奥志賀溪谷ゆったりコース(2.3km)

◎奥志賀溪谷健脚コース(3.4km)

午後: 13:00出発

◎カヤの平高原コース

【料金】2,500円

※コースは午前・午後、また天候や他のお客様の予約状況により変更もしくはご指定できない場合がございます。
※午前と午後両コース参加も可能です。
※トレッキングシューズなどはレンタルをご用意しております。

ブナと原生林と清流のマイナスイオンに 浸かりながら筋力アップを楽しむ 奥志賀溪谷トレッキング



「Work」+「Vacation」で充実した滞在を実現。 ホテルグランフェニックス奥志賀が提唱する “Oku Work”

〈奥ワーク〉



※当写真はイメージです。



新型コロナウイルスの影響で様々な業種・業態で急速に進展したテレワーク。ホテルグランフェニックスが提案するワーケーションプログラム「Oku Work」は、エグゼクティブの方々が一気通貫かつ集中して仕事できる場所を作り、快適にワーケーションできる環境を提供します。奥（Oku）志賀高原は、国立公園の特別地域で標高1,500mにあり、夏でも涼しく、他のリゾート地にある喧騒はないため仕事もリフレッシュも高いレベルで実現できます。日本にいながらスイスのリゾートで仕事している感覚でお楽しみいただけます。

また今年はWifi設備を一新し、接続性・セキュリティも向上して

おりますので安心してお仕事に取り組みます。会議室や打合せスペースもご用意できますのでワークショップや研修などにもご利用いただけます。

“Oku Work”プラン

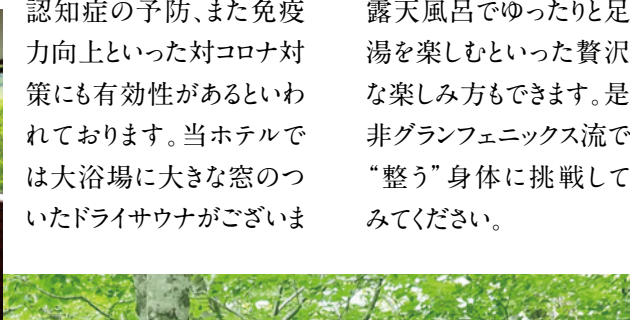
ワーケーションを快適に過ごすために1泊2食付コースにラウンジでのソフトドリンク飲み放題が付いたプランになっております。（他の泊数や団体利用などはホテルまでお問い合わせをお願いします）

◎お試しプラン[2泊] ◎ウィークリープラン[5泊]
【料金】 39,300円～ 【料金】 100,500円～

◆ 身体を整える「サウナ」+「空中露天風呂」 ◆

昨今ビジネスエリートの間ではサウナが再度見直されており、疲労回復と睡眠改善といった生活習慣病、心臓病・うつ病・認知症の予防、また免疫力向上といった対コロナ対策にも有効性があるといわれています。当ホテルでは大浴場に大きな窓のついたドライサウナがございま

すので、景色を楽しみながらサウナに入れるという都会では味わえないサウナを楽しめます。またサウナの後に外気浴をしながら空中露天風呂でゆったりと足湯を楽しむといった贅沢な楽しみ方もできます。是非グランフェニックス流で“整う”身体に挑戦してみてください。



◆ グランフェニックスの滞在を充実するイベント・アクティビティ ◆

アフタヌーンティー

自家製スイーツ、フルーツ、スコーン、サンドイッチと共に、コーヒー、紅茶、ハーブティーなど90分制のフリードリンク。さらに、乾杯のスパークリングワインまたはフルーツジュースをお付けします。前日までにご予約をお願いします。

期間：2020年7月4日～11月3日 各土日祝日
8月8日～16日は毎日開催

料金：2,700円 場所：2Fラウンジラゴ

※対象期間外でもご用意できることもありますのでご希望の方はホテルまでお問い合わせください。



星空バー

満天の星空を眺めながらお酒やおつまみをお楽しみいただけます。星空バーオリジナルカクテルもご用意しております。

期間：2020年7月23日～8月16日
各土日祝日

時間：20:00～22:00
場所：2Fテラス



ハッピーアワー

お食事の前の一杯を楽しむハッピーアワーを開催することになりました。志賀高原ビールをはじめ自家製ホットワイン、グラスワインなどをご用意しております。

期間：2020年6月20日～11月3日 料金：700円～
毎日開催 場所：2Fラウンジラゴ
時間：17:00～19:00



ガーデンバーベキュー

炭火で焼くオリジナルガーデンバーベキューをテラスでお楽しみいただけます。志賀高原ビールを片手に楽しむバーベキューは格別です。

期間：2020年7月23日～8月31日
各土日祝日
8月8日～16日は毎日開催

時間：11:30～13:30
場所：イタリアンレストラン
「ステラアルピーナ」



石の湯ゲンジホテル観賞

日本有数のゲンジホテルの生息地でもある志賀高原石の湯で神秘的なゲンジホテルの鑑賞ができます。要予約。

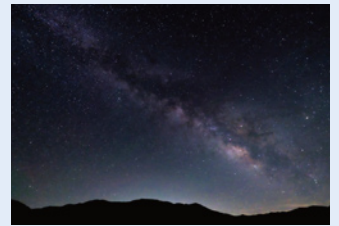
期間：2020年7月上旬～下旬（※ホテルの発生状況により）
料金：1,100円



星空観賞会

星空観賞の隠れた名所でもある奥志賀高原の星空をお楽しみいただけます。新月の日限定のプログラムとなり、ホテルスタッフが星空への旅のご案内をいたします。要予約。

日程：2020年7月21日、8月19日、9月17日 ※当写真はイメージです
料金：無料



◆ 奥志賀高原・志賀高原近郊で楽しめるアクティビティ ◆

家族連れ向けアクティビティ

奥志賀高原には小さなお子様、カップルなどでお楽しみいただけるアクティビティがたくさんございます。



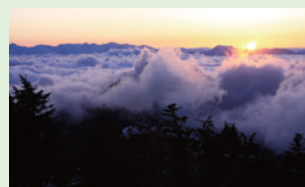
奥志賀高原ゴルフ

奥志賀高原にある6ホールのゴルフ場。カジュアルなゴルフ場でお友達とはもちろん、小さいお子様とも一緒に楽しくプレーできます。



横手山での空中散歩

横手山は標高2,307mにあり、雲の上の大パノラマが圧巻です。高原の空気を感じながら富士山、北アルプス連峰、佐渡島などが一望できます。奥志賀高原からは車で30分ほどです。



SORA terrace (竜王マウンテンパーク)

世界最大級166人乗りロープウェイの山頂駅で幻想的な雲海が見られます。奥志賀高原からは車で1時間ほどです。



志賀高原 マウンテンディスカバリー

志賀高原の新たなアクティビティとしてスタンドアップパドルリング(SUP)やキャニオニングを琵琶池にてお楽しみいただけます。



◆ ホテルグランフェニックス奥志賀おすすめプラン ◆

料理長が厳選する特選素材を使用した ディナー付プレミアムプラン【1泊2食付き】

料理長が厳選する特選食材を使用したコース料理をお楽しみいただけます。特選食材の一例として、新鮮なアワビ、オマール海老、フォアグラなど、季節における旬の厳選食材を使用し、より豪華なディナーをご堪能いただけます。

期間：2020年6月20日～11月3日

料金：22,200円～(2名1室利用時の料金)

イタリアンレストラン「ステラ・アルピーナ」

・前菜盛り合わせ、パスタ、海鮮料理、
肉料理、デザート



「ステラ・アルピーナ」

和食レストラン「篝火」

・奥志賀会席：前菜、お椀、お造り、焼き物、
煮物、揚げ物、止肴、食事、水菓子

※特選素材の仕入れの関係上

1週間前までにご予約をお願いしております。



「篝火」

その他通常の1泊2食付きにはスペシャルプランとエコノミープランがございます。ディナーのお食事の内容や使用食材が異なります。詳細はHPをご確認ください。
(<https://www.hotelgrandphenix.co.jp/wp/>)



ヨガとトレッキングを満喫・アクティブに過ごすプラン【2泊3日】

奥志賀の大自然を満喫して筋肉づくり・体力アップを実現するプランとなっております。滞在中アクティビティ(ヨガもしくはトレッキング)を自由に3回まで体験できます。またラウンジでのワンドリンクサービスもついております。

期間：2020年7月1日～9月30日

内容：2泊4食(スペシャルプラン)、アクティビティ3回分、
ラウンジワンドリンク券

料金：39,600円～(2名1室利用時の料金)



ゆったりお過ごしいただくロングステイプラン 【3連泊・4連泊・5連泊】

折角の大自然をゆったりお過ごしいただく方向けのプランになっており、泊数が多いほど1泊当たりの割引が大きくなります。お食事は長く滞在いただいても飽きないようにコース料理をアレンジしております。

期間：2020年6月20日～11月3日

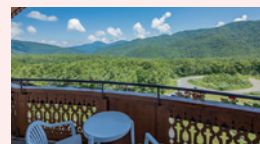
料金：49,200円～(2名1室利用時の料金)

ひとりでゆったり過ごす一人旅プラン

自分のスケジュールで気ままに過ごして身も心もフレッシュしたい大人の一人旅プランになります。お食事はスペシャルプランの中からお選びいただけます。また滞在中ラウンジでワンドリンクサービスをいたします。

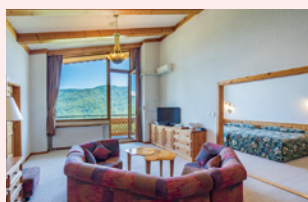
期間：2020年6月20日～11月3日

料金：23,700円～



豪華にロイヤルスイートプラン

新型コロナの影響で自粛した後は豪華にロイヤルスイート(100㎡)に泊ってみませんか。お食事はプレミアムコースでご用意し、お食事の際にボトルワイン1本をサービスいたします。



期間：2020年6月20日～11月3日

料金：34,300円～(3名1室利用時の料金)

夏をのんびり過ごすレディースプラン

街の喧騒を離れて、優雅で気ままな女子旅はいかがでしょう。夜は特別メニューのディナー・デザートを贅沢にお楽しみいただけます。また食前酒もついてくるお得なプランとなっております。



期間：2020年7月1日～8月31日

料金：17,400円～(2名1室利用時の料金)

※女性のためのグループに限ります。

◆ グランフェニックスが近くなる無料送迎のご案内 ◆

昨年より開始して大好評の長野駅→ホテル間の無料送迎を今年も実施いたします。今年は乗車の際に消毒の徹底など皆様にもご協力いただくことありますが、より安全に便利にご利用いただくためによりしくお願いいたします。

◎長野駅直行エクスプレス号

往路：長野駅東口発14:30→ホテル着16:00

長野駅新幹線改札口集合：ホテルスタッフがホテルの旗をもってお待ちしております。

復路：ホテル発12:30→長野駅東口着14:00

◎志賀高原 山の駅号(往路のみ)

往路：志賀高原 山の駅発：11:30→ホテル着11:50

長野駅東口10:15発急行バスに乗りいただき、「志賀高原山の駅」にて下車ください。山の駅前の駐車場で送迎車がお待ちしております。

(急行バス 長野駅東口→志賀高原山の駅間は1,800円かかります)



期間：2020年6月22日(月)～11月3日(火)

※完全予約制(ご利用日の前日17:00までに、

お電話にてご連絡ください)TEL/0269-34-3611

※他のお客様と同乗となりますことをご了承ください。

グリーンシーズンランチ営業時間のお知らせ (ラストオーダー)

◎6月20日～7月31日…13:30

◎8月1日～8月31日…14:00

◎9月1日～10月2日…13:30

◎10月3日～10月18日…14:00

◎10月19日～11月3日…13:30



ウインターシーズンの宿泊予約について

◎6月20日よりウインターシーズンの優先予約(年末年始を除く)を開始します。

◎7月1日より5泊以上の予約を承ります。(ホテル予約ページ、電話予約)

◎8月1日より通常通常予約を開始(ホテル予約ページ、電話予約)



オンラインショップのご案内

<https://shop-hotelgrandphenix.com/>



昨年オープンしてから多くのお客様にご好評いただいておりますオンラインショップからのご紹介です。定番商品の“野菜で野菜を食べるドレッシング”、“小布施栗のジャム”、そして新商品の“リンゴ酢ジュース”、“あんずの蜂蜜ジャム”など多くの商品をご利用いただいております。

今回はそれらの人気商品を詰め合わせにしたギフトセットをご案内させていただきます。お中元やお歳暮、また内祝いなどにもご利用いただけますし、ご家庭でのお楽しみにもどうぞ !!



ホテルの朝食気分を満喫できるギフトセット
3,290円(税込)



楽しみ広がるジュースとジャムのギフトセット
3,900円(税込)



人気のドレッシングとジャムのギフトセット
2,350円(税込)

※税込4,000円以上お買い上げのお客様には送料無料にてご利用いただけます。

※お支払いはクレジットカード・商品代引・銀行振込・Amazon Payなど多くの決済に対応しております。



HOTEL
GRAND PHENIX
OKUSHIGA



ホテル グランフェニックス 奥志賀

〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原 TEL. 0269-34-3611 (代表) FAX. 0269-34-2281

www.hotelgrandphenix.co.jp

