



OKINAWA   
*Healing*  
**SPORTS**

최고의 힐링을 오키나와에서







## 모든 것이 최상, 지금까지 경험해 본 적 없는 힐링을 당신에게.

깊푸른 하늘과 바다, 풍요로운 자연으로 둘러싸인 오키나와.

여유롭게 흐르는 시간과 마치 사진 같은 아름다운 경치는 실로 낙원.

당신에게 알려 주고 싶다. 오키나와에는 아직 당신이 경험해보지 못한 힐링 체험이 있다는 사실을.

이 낙원에서 즐기는 레저스포츠가 새로운 감동을 안겨 준다는 사실을.

아침 노을과 저녁 노을에 물드는 바다, 빛의 색깔, 파도 소리.

아열대의 숲을 촉촉하게 적시는 폭포 소리, 시냇물 소리, 꽃의 향기 —.

오키나와의 자연을 오감으로 느낄 수 있는 레저스포츠는 깊고 선명한 진정한 힐링을 선사할 것입니다.

그런 '힐링 스포츠'의 세계를 당신에게 소개합니다.





복을 부르는 나무라고 일컬어지는 후쿠기나무 가로수를 상쾌하게 포터링

우연히 발견한 바닷가의 카페에서 휴식



오키나와풍의 도예품을 찾으러 아치문노사토로 고고



# Pottering

포터링

현지의 매력을 만끽할 수 있는 자전거 산책은 새로운 발견이 가득. 자유롭게 즐기는 자전거 산책으로 인기 상승 중인 포터링은 자동차로 갈 수 없는 장소를 둘러보며, 희귀한 것을 발견했을 때는 자전거에서 내려 마음껏 즐길 수 있는 것이 매력. 몸을 계속 움직이기 때문에 과식 걱정 없이 현지 먹거리도 만끽할 수 있습니다. 개인적으로 자전거를 대여하는 것도 좋지만, 있는 그대로의 오키나와를 충분히 체험하고 싶다면, 인스트럭터가 동행하는 투어에 참가하는 것도 추천합니다.

촬영자: 1, 2 비세 후쿠기나무 가로수(모토부초) 3, 4, 5 요미탄손





다양한 생물이 서식하는 아열대의 숲을 지나 세계유산의 성터로



# Trekking

트레킹

아열대 트레킹으로 울창한 자연이 발산하는 파워를 충전.

힐링 효과가 있는 오키나와의 자연에 둘러싸여 야생에서 정신적인 힐링 체험도 해 보고 싶다. 이러한 호화로운 체험을 가능케 하는 것이 바로 아열대의 자연을 만끽할 수 있는 트레킹. 사람 손이 닿지 않은 정글 같이 울창한 숲, 음이온을 발산하는 폭포와 호수, 맹그로브가 뿌리를 뻗는 하구에서 해안선까지, 오키나와의 트레킹 코스는 다채롭고 농밀하다. 세계유산과 가까운 명소에서는 류큐 왕국의 역사도 떠올려 보자.





1



2



낙도로 이어지는 고우리 대교를 나만의 방식으로 상쾌하게 달린다



3

세련된 카페에서 휴식 타임



4

# Running

러닝

대자연과의 일체감을 느낄 수 있는 드라마틱한 러닝.

바다를 바라보고, 바다를 건너고, 파도 소리를 들으면서 슬로 러닝.

그런 멋지고 상쾌한 질주를 부담 없이 어디서나 즐길 수 있는 것이 오키나와의 참맛.

러닝 코스와 해상도로는 어디를 가나 직선으로 곧게 뻗어 있어 개방감 만점.

시간대에 따라 표정을 바꾸는 하늘과 바다의 파노라마처럼 펼쳐지는 풍경을 만끽하면서 절경의 한 부분이 되는 듯한 일체감을 맛보고 싶다.



모든 홀에서 바다를 바라볼 수 있는 벨 비치 골프클럽

기복이 심한 자연의 지형을 살린 슈레이 컨트리클럽



일본 프로 토너먼트도 개최된 가네히데  
기세 컨트리클럽



3



눈부신 햇살 속에서 체험하는 요가는 평온함과 상쾌함이 각별하다



# Golf

골프

연중 쾌적하게 시합을 즐길 수 있는 오키나와에서 동경하던 코스 데뷔.

파노라마처럼 펼쳐지는 코발트블루빛 바다와 아열대의 원시림이

바라보이는 절경 등 아름답고 다이내믹한 입지 조건은 오키나와의 자랑.

초보자와 상급자 모두 즐길 수 있는 개성 넘치는 골프장에서 힐링 라운드를 체험해 보자.

촬영지: 1 모토부초 2 니고시 3 난조시

# Yoga

요가

오키나와의 자연과 조화를 이루며 마음 속 깊은 곳에서부터 힐링.

일상의 스트레스에서 벗어나 몸과 마음의 균형을 잡아주는 요가.

오키나와의 대자연에 둘러싸여 평온한 마음으로 요가 자세를 취하면 몸 구석  
구석까지 파워가 가득 차 테라피 효과도 상승.

촬영지: 21세이키노모리 공원(니고시)





1

서서 타므로 시야가 넓고 상쾌

미경험자라도 1시간 정도만 연습하면 바로 탈 수 있습니다



2



3

# Sup

서프보드

아름다운 암초와 라군을 여유롭게 수상산책.

물 위에서 뿐만 아니라 물속도 아주 가깝게 바라볼 수 있는 SUP(스탠드업 패들보드)는 선 채로 보드에 올라타 노를 젓기만 하면 된다.

초보자도 금방 익숙해져 오키나와 바다를 즐기는 방법을 넓혀 줍니다.

촬영지: 1 오미탄손 2 지넨 곳(난조시)



1



2



3

천천히 호흡하며 취하는 요가 자세는 체간을 단련시켜 준다



4

# Sup Yoga

서프보드 요가

흔들림마저 힐링이 되는 수상 요가로 대자연과 일체감을 느낀다.

SUP와 함께 인기를 모으고 있는 것이 SUP보드 위에서 즐기는 수상 요가.

파도 소리와 흔들림은 신체 감각을 단련시켜 힐링 효과도 상승.

수평선을 바라보며 처음 느껴보는 개방감에 몸과 마음을 맡겨 보십시오.

촬영지: 1 3 4 오미탄손 2 지넨 곳(난조시)



비치 라이딩도 즐길 수 있는 오키나와 승마 클럽



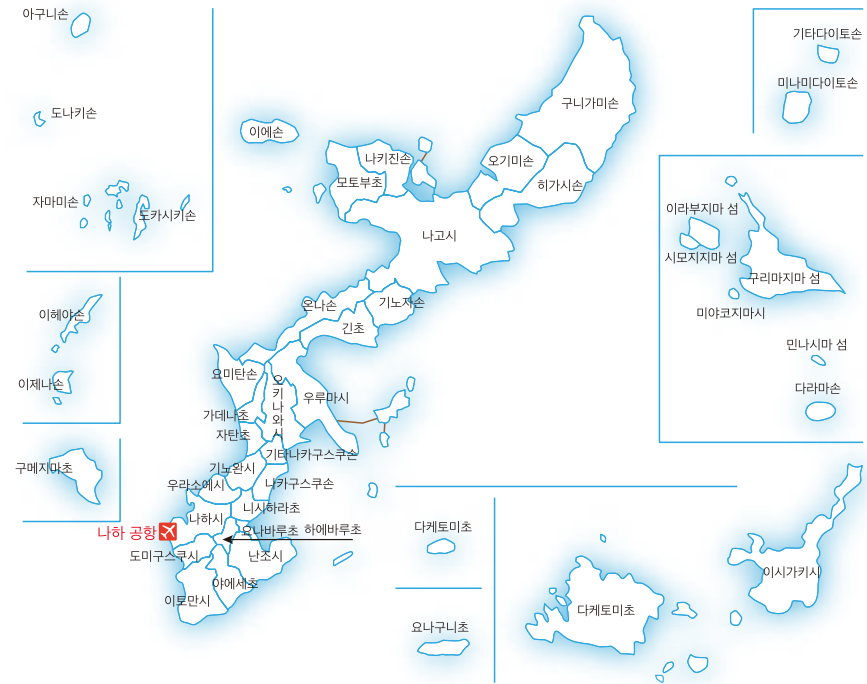
말을 끌어 주므로 초보자도 안심

# Horse Riding

승마

말과 함께 바람을 가르며 오키나와의 자연을 즐긴다.  
오키나와에서만 즐길 수 있는 가슴 설레는 승마 체험은 잊을 수 없는 추억으로.  
녹색 가득한 초원과 물가를 말 위에서 즐기며, 여름에는 말을 탄 채로 바다 속으로.  
충명하고 귀여운 말들과 어울리다 보면 저절로 행복한 미소가 넘쳐 흐롭니다.

촬영지: 요미탄손



일반재단법인 오키나와 관광컨벤션뷰로 (OCVB) 한국사무소  
서울특별시 중구 무교동 45 THE EXCHANGE SEOUL 6층  
TEL : 02-318-6330



visitokinawa



visitokinawa.jp

