

日程	内容	宿泊先
7/28 (日)	朝:ジュレー・ラダックのスタッフがレー空港にてピックアップ 午前:ゲストハウスにて朝食、その後高度順応のためゲストハウスにてゆっくり休憩 夕方ごろ:シェ村散策、シェパレス訪問等	ファミリー・ゲストハウス泊
7/29 (月)	午前:レーツェモ宮殿見学、オーガニッククラフトショップの調査や経営者の訪問、買い物等 午後:アプリコットジャムやジュースを作るサスポール村へ移動	ホームステイ
7/30 (火)	アプリコットの製品作りに向けた準備(現場の確認、収穫など)	
7/31 (水)	ジャムまたはジュース等を作るワークショップ	
8/1 (木)	午前:ワークショップ 午後:レーへ帰る	ファミリー・ゲストハウス泊
8/2 (金)	パンゴン湖へ日帰り観光	
8/3 (土)	レー空港または市内にて解散	—