

日程	内容	宿泊先
6/23 (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	ファミリー・ゲストハウス泊
	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	
6/24 (月)	有名なお寺を巡りながら西ラダックのタクマチック村へ	民泊ホームステイ
6/25 (火)	ラダックの農業そして蕎麦世界や蕎麦食などを体験・見学、オーガニック農業の方法、経済やマーケティング、水不足対策(人工氷河作り)、環境や健康への影響等を細かく学ぶ 午後: レーへ戻る	ファミリー・ゲストハウス泊
6/26 (水)	午前: サクティ村へ移動、次の日の種まきの準備行う 午後: 専門家による蕎麦の種まきの研修受ける	民泊ホームステイ
6/27 (木)	午前: サクティ村にて蕎麦種まき又は蕎麦栽培のワークキャンプを実施 午後: 種まき、住民との交流や専門家による住民向けの蕎麦栽培についてのワークショップを行う	
6/28 (金)	パンゴン湖へ日帰り観光	ファミリー・ゲストハウス泊
6/29 (土)	レー空港にて解散	—