

곤지암 리조트 힐링캠퍼스

서울대학교 웰니스 연구팀과 공동 개발한
곤지암리조트 힐링캠퍼스의 조직 맞춤형 기업 프로그램을 소개합니다.

KONJIAM
RESORT

기업 단체 고객을 위한
곤지암리조트 그룹 힐링 프로그램

마음챙김 프로그램을 통해
업무·일상 속 누적된 심리적

스트레스 완화

동료와 소통 증진을 통한

**조직 활성화
& 팀워크 개선**

잘못된 운동 습관·
식습관 교정을 통한

**신체적 변화 &
개인 건강상태 개선**

최고 수준의 웰니스 경험을 위한
선택형 · 맞춤형 프로그램 운영

힐링모듈

테마별 · 대상별
다양한 힐링 프로그램 보유

- ✓ 리더 특화 프로그램
- ✓ 스트레스 관리 프로그램
- ✓ 조직 활성화 프로그램

체험 환경

곤지암리조트의
프리미엄 객실과 다양한
부대시설, 체험 공간 이용

다양한 프로그램 모듈과 체험 환경을 제공하며,
각 기업·단체별 상담 과정을 통해 **맞춤형 프로그램**을 제안합니다.

*** 웰니스란?**

생활 습관을 수정하는 마음챙김 활동을 통해 신체적 · 정신적 건강을 스스로 개선하고 책임지는 것

PROGRAM LIST 프로그램 목록

Tea & Food program



힐링 티 테라피 **다담**

한방차를 직접 우리고 나누는 과정을 통해
관계와 소통의 시간을 갖는 한방티 클래스

진행시간	90분
인원	30명 내외 (최소 10명, 최대 50명)
금액	7만원/1인



힐링 티 테라피 **다(茶) 어울림**

나를 위한 한방 꽃차 티백을 직접 만들어보는 프로그램
(티 백 만들기&간단한 티 타임 포함)

진행시간	90분
인원	24명 내외 (최소 10명, 최대 30명)
금액	7만원/1인



푸드 테라피 **미각 콘서트**

음식의 맛이 우리 몸에 미치는 영향에 대해 알아보고,
평소 맛에 대한 민감도와 미각 습관을 인지해보는 프로그램
(건강 소금 만들기 포함)

진행시간	90분
인원	24명 내외 (최소 10명, 최대 30명)
금액	7만원/1인

단체 할인 기준 ※중복할인 불가

연회원사 고객 단체 할인

- 곤지암리조트 연회원사 단체 고객: 체험 비용의 10% 할인 적용

기타 단체 할인 적용 가능한 경우

- 프로그램별 참여 인원 24명 이상: 체험 비용의 10% 할인 적용

- 1일 2개 이상 프로그램 운영 시, 체험 비용의 10% 할인 적용 (단, 프로그램 별 참여 인원 20명 이상 시 적용)

PROGRAM LIST 프로그램 목록

Art program



힐링캔들 만들기

아로마 오일과 압화를 활용한 나만의 힐링캔들 만들기

진행시간	90분
인원	24명 (최소 10명, 최대 36명)
금액	7만원/1인



향기 만들기

향기의 효과에 대해 알아보고 아로마 오일을 활용한 디퓨저를 만드는 프로그램

진행시간	60분
인원	24명 (최소 10명, 최대 36명)
금액	7만원/1인



석고방향제 만들기

아로마 오일과 드라이 플라워를 활용해 향기로운 석고방향제를 만드는 만들기 프로그램

진행시간	90분
인원	16명 내외 (최소 10명, 최대 20명)
금액	7만원/1인

단체 할인 기준 ※중복할인 불가

연회원사 고객 단체 할인

- 곤지암리조트 연회원사 단체 고객: 체험 비용의 10% 할인 적용

기타 단체 할인 적용 가능한 경우

- 프로그램별 참여 인원 24명 이상: 체험 비용의 10% 할인 적용

- 1일 2개 이상 프로그램 운영 시, 체험 비용의 10% 할인 적용 (단, 프로그램 별 참여 인원 20명 이상 시 적용)

PROGRAM LIST 프로그램 목록

Relax & Body program



싱잉볼 명상

메탈 싱잉볼의 고유 주파수와 파장을 통해
심리적 안정을 도와주는 힐링 사운드 테라피

진행시간	60분
인원	12명 내외 (최소 10명, 최대 14명)
금액	8만원/1인



힐링요가

전신 근육의 이완 및 강화와 호흡 명상을 함께 진행하는
심신 이완 프로그램

진행시간	50분
인원	12명 내외 (최소 10명, 최대 14명)
금액	7만원/1인



밸런스워킹

바르게 걷는 학습을 통한 실생활 적용 및 체형 교정 프로그램

진행시간	120분
인원	16명 내외 (최소 10명, 최대 50명)
금액	7만원/1인

단체 할인 기준 ※중복할인 불가

연회원사 고객 단체 할인

- 곤지암리조트 연회원사 단체 고객: 체험 비용의 10% 할인 적용

기타 단체 할인 적용 가능한 경우

- 프로그램별 참여 인원 24명 이상: 체험 비용의 10% 할인 적용

- 1일 2개 이상 프로그램 운영 시, 체험 비용의 10% 할인 적용 (단, 프로그램 별 참여 인원 20명 이상 시 적용)

KONJIAM Wellness **곤지암 웰니스**

힐링 프로그램 이용객을 위한 심의 공간 '곤지암 웰니스'에서 종합적 치유를 위한 맞춤형 힐링 프로그램을 경험할 수 있습니다



Atelier

정원: 24명

캔들 만들기 등 다양한 공예 프로그램이 진행되는 아틀리에 공간



Meditation Room

정원: 16명

싱잉볼 명상을 경험해보는 명상룸



GX

정원: 16명

요가와 밸런스 워킹이 진행되는 GX룸



Cooking Room

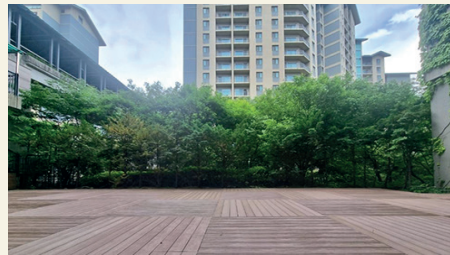
정원: 24명

다양한 푸드 클래스와 티 클래스가 진행되는 쿠킹룸



고객 대기 라운지

체험 프로그램 고객을 위한 대기 라운지 공간



야외 GX

생태하천 연계 프로그램이 진행되는 야외 데크 공간

※ 정원 내 진행 시 '곤지암 웰니스'에서 프로그램이 운영되며, 정원 초과 시 곤지암리조트 '세미나실'에서 진행됩니다. (세미나실 대관 시 소정의 대관 비용 발생)

RECOMMENDED PROGRAM SCHEDULE 추천 프로그램 일정

당일 프로그램(안)

	구분		프로그램	비고
	시간	구분	프로그램	
Day 1	~ 10:00	-	도착	
	10:00 ~ 11:30	90'	모듈 I 한방 티 테라피 [다담]	
	11:30 ~ 13:00	90'	중식	
	13:00 ~ 14:30	90'	모듈 II 힐링 캔들 만들기	
	14:30 ~ 15:30	60'	모듈 III 싱잉볼 명상	
	15:30 ~	-	과정 마무리 및 종료	만족도 설문

1박2일 프로그램(안)

	구분		프로그램	비고
	시간	구분	프로그램	
Day 1	~ 10:00	-	도착	
	10:00 ~ 11:30	90'	모듈 I 푸드 테라피 [미각콘서트]	
	11:30 ~ 13:00	90'	중식	
	13:00 ~ 15:00	120'	모듈 II 밸런스 워킹	
	15:00 ~ 16:00	60'	모듈 III 향기 만들기	
	16:00 ~	-	체크인 및 휴식	

	구분		프로그램	비고
	시간	구분	프로그램	
Day 2	08:00 ~ 09:30	90'	조식	체크아웃
	09:30 ~ 10:20	50'	모듈 IV 힐링요가	
	10:30 ~ 11:30	60'	모듈 V 싱잉볼 명상	
	11:30 ~	-	과정 마무리 및 종료	만족도 설문

※ 프로그램은 참가자의 특성 및 니즈에 따라 맞춤형으로 재구성 · 진행되며, 다양한 프로그램 모듈은 프로그램 리스트를 참고해주세요.

※ 문의 : 031) 8026-6777 / 화요일-금요일 09:00~17:00 (점심시간12:00~13:00)

※ 예약 현황에 따라 진행이 불가한 일정이 있을 수 있습니다.

