



선마을
SEONMAEUL



CONTENTS

01

선마을 이야기

1. 선마을 소개
2. 선마을 4대 생활습관
3. 선마을 지도 (단지지도 / 트레킹지도)

02

선마을 시설안내

1. 다이닝

- 비채레스토랑
- 가든뮤직홀 & 카페 / 물빛수반 / 문파빌리온
- 선향동굴(무인와인바)

2. 부대시설

- 입촌안내소
- 웰컴센터
- 비워크 힐리언스
- 자연세유스파
- 테라피센터
- 황토찜질방
- 선이라운지 & 선이마루
- 키즈놀이방
- 페인팅 존
- 춘하서가
- 효천갤러리
- 선이장터

3. 야외공간

- 천지인 광장
- 풀향정원 & 모래놀이터
- 송화소금터
- KIVA

4. 반려견 공간

- 힐리펫 카페 & 그라운드
- 반려견 쉼터



CONTENTS

02

선마을 시설안내

강의장

- 숲 속 유르트
- G.X룸
- 효천서원
- 강의장 (대/중/소)

03

선마을 프로그램

- 요일별 프로그램
- 목공 프로그램
- 마음챙김 요가
- 숲테라피
- 소도구테라피

04

선마을 서비스

- 과일바스켓 서비스
- 와인바스켓 서비스
- 생활한복 대여 서비스
- 짐 이동 서비스
- 딜리버리 서비스
- 시설 베개 체험 서비스

05

테블릿 이용안내

- 세부내용 안내
- 서비스 & 프로그램 신청방법 안내

01

선마을 이야기

- 선마을 소개
- 선마을 4대 생활습관
- 선마을 지도 (단지지도 / 트레킹지도)





작은 변화가 시작되는 국내 최초의 웰에이징 힐링리조트

건강 유지의 중요성을 일찌감치 인지하며 현명하게 100세 시대를 준비하는 사람들이 찾는 국내 최초의 웰에이징 힐링리조트 '선마을'입니다.

선마을은 단순히 숙박만을 제공하는 리조트는 아닙니다. 천혜의 자연 속에서 웰에이징을 위한 식습관, 운동습관, 마음습관, 생활리듬습관을 체득할 수 있도록 도와드리고 있으며, 이를 통해 머무르는 것만으로도 조금씩 변화하는 내 자신을 발견할 수 있습니다.



자연을 담아 자연을 닮은 나를 찾는다

초봄에는 경칩이 지나면 새싹이 고개를 들고 한여름에는 개울가의 돌 밑엔 가재가 숨죽이고 지내며, 가을이 되면 다람쥐가 잣을 알알이 따서 입에 머금고, 조용히 떨어지는 눈 자락의 소리를 들을 수 있는 겨울까지 선마을은 자연의 햇살과 빛, 바람, 향기가 있는 그대로의 자연이 담겨져 있습니다. 선마을에서 자연을 직접 체험하고 느끼며 자연을 닮은 나를 찾아보세요.



지친 몸과 마음을 회복하는 완전한‘쉽’이 있는 공간

미세먼지 0의 트래킹로, 산소농도는 22% 더 높은 곳, 한국관광공사 선정 웰니스 51선, 문화체육관광부 선정 한국 10대의 관광 코스 치유투어, 치유투어 산림청 선정 국내 민영 1호 치유의 숲 모두 선마을을 지칭합니다.

종자산 잣나무 숲길을 걸으며 피톤치드를 들이마실 수 있는 선마을에서는 처음부터 자연과 조우하고 있던 것처럼 자연과 하나되는 편안함을 느낄 수 있습니다. 내면의 안정을 통해 지친 몸과 마음을 회복하는 완전한‘쉽’을 느껴보세요.



선마을의 전하는 3가지의 철학 Humble, Simple, Natural

Humble, 선마을은 소박합니다. 자연 속 움막에 있는 듯한 객실은 나무와 빛 그리고 최소한의 살림으로만 꾸며졌습니다.
Simple, 선마을은 단순합니다. 처음부터 자연과 조우하고 있던 존재처럼 기교를 부리지 않고 지었습니다.
Natural, 선마을은 자연입니다. 자연 그대로의 삶, 자연과의 교감을 통해 조용히재충전을 할 수 있는 공간입니다.
의도된 불편함, 자연처럼 소박하고 단순하기에 선마을은 불편합니다. 이 곳에 오면 휴대폰, 인터넷이 되지 않고 전자기기도 없습니다. 한끼 밥을 먹으려면 이마에 송글송글 땀이 맺힐 정도로 높은 비탈길을 걸어야 합니다. 의도적으로 불편하게 만들어서 자신을 되돌아보고 더 나은 나를 만나기 위한 충전의 시간을 보내보세요.



4대 습관 개선으로 나를 바꾸는 공간

선마을은 4대 습관 개선을 통해 삶을 건강한 방향으로 차근차근 바꾸어나가도록 돕습니다. 자연치유력과 면역력을 올려주고, 스트레스와 나쁜 습관들을 개선할 수 있도록 다양한 프로그램과 식단을 제공하고 있으며, 이를 통해 일상의 건강한 변화를 추구합니다. 진정한 힐링이란, 일상과의 분리된 휴식이 아닌 일상 자체의 삶과 변화입니다.

Way for Body

식습관, 자연을 닮은 건강식단



선마을에서는 강원도의 자연을 닮은 소박한 건강식단으로 고객님의 건강개선을 도와드립니다. 만성질환의 근원인 비만(체지방)을 예방하고, 근육을 증가시킬 수 있는 고단백 식단을 제공해 주고 나쁜 식습관을 개선할 수 있는 방법을 알려주어 일상에서도 자연스럽게 건강하고 즐거운 식사를 실천할 수 있습니다.

Way for Body

운동습관, 일상 속 작은 변화



선마을에선 극한의 운동이 아닌 걷기, 요가, 스트레칭과 같은 느긋하고 평온함을 추구하여 행복 호르몬인 세로토닌을 분비할 수 있는 운동을 제안합니다. 일상속에서 꾸준히, 균형있게 즐겁게 하는 운동이야말로 작지만 확실한 변화이기 때문입니다. 선마을은 스스로 걷고 운동하도록 비탈지고 높은 곳에 위치해 있습니다. 특별히 시간내지 않더라도, 선마을을 거닐다보면 어느덧 가벼워진 발걸음을 느낄 수 있습니다.

Way for Mind

마음습관, 비움의 깨달음



선마을에는 숲이 있고, 여유가 있습니다. 산을 오르다 언제든지 곳곳에 마련된 평상이나 의자에 앉거나 누워 길가에 핀 꽃, 나뭇잎, 새소리, 하늘, 구름 등을 둘러보며 자연을 느낄 수 있습니다. 디지털 기기 대신 자연을 채워나가고 다양한 명상 프로그램을 통해 스트레스, 불안을 비우고 평온함을 채워가는 나를 발견 해보세요. 비움이 있기에 채움이 있습니다.

Way for Mind

생활리듬습관, 완전한 쉼



일분일초를 다투는 일상과 거리를 두면 낯설다는 생각이 먼저 들며, 무언가를 해야 한다는 강박감이 생기기도 합니다. 선마을에서는 자연의 시간에 맞춰 살아보며 완전한 쉼이란 무엇인지 느껴보세요. 침실 천창을 통해 낮에는 햇빛이, 밤에는 달빛이 쏟아집니다. 그래서 달 뜨는 밤엔 소등하여 어둠을 느끼며 잠들고, 해가 뜨는 새벽녘엔 자연스럽게 눈을 뜨게 됩니다.



- 봄동**
 - 1F 비채 레스토랑(비움 & 채움) / 화장실
운무테라스(반려견 동반 가능) / 선이장터
 - 2F 선이장터 / 강의실(대,소) / 회의실(소)
- 가을동**
 - 0F 웰컴센터 / 비워크 힐리언스(WiFi) / 선이장터
화장실
 - 1F 선이 라운지 & 선이마루 / 화장실
 - 2F G.X룸
 - 3F 가든뮤직홀 & 카페 / 물빛수반 / 문파빌리온
화장실
- 치유동**
 - 1F 향토티핑방 / 사랑방 / 화장실

- 여름동**
 - 1F 강의실(중) / 반려견 쉼터 / 키즈 놀이방 /
페인팅 존 / 춘하서가 / 화장실
 - 2F 자연세유 스파 / 춘하서가 / 테라피 센터
라운지 / 화장실
- 겨울동**
 - 1F 효천서원 / 효천갤러리 / 화장실
 - 2F 풀향정원 & 모래놀이터



코스안내	사색 2코스 난이도	● ●	25분	1.6km	230 kcal	반려견트레킹 추천코스
	사색 1코스 난이도	● ● ●	45분	2.3km	340 kcal	반려견트레킹 추천코스
	선비 코스 난이도	● ● ● ●	25분	1.1km	300 kcal	반려견트레킹 추천코스
	선녀 코스 난이도	● ● ● ●	40분	1.6km	380 kcal	
	신선 코스 난이도	● ● ● ● ●	95분	3.3km	750 kcal	

- 유의사항**
1. 트레킹 시에는 등산화, 스틱 등을 준비해주세요.
 2. 트레킹 코스 내 식물 채취를 금합니다.
 3. 오후 5시(동절기), 오후 6시(하절기) 이후에는 야간 산행 및 혼자 가는 트레킹을 자제해주세요.
 4. 일부 트레킹 코스는 휴대전화 사용이 가능하므로 긴급상황을 대비하여 휴대전화를 소지해주시기 바랍니다.
- ※긴급 상황 시 연락처 : 가을동 웰컴센터 033-434-2772

02

선마을 시설안내

다이닝

- 비채레스토랑
- 가든뮤직홀 & 카페 / 물빛수반 / 문파빌리온
- 선향동굴(무인와인바)

부대시설

- 입촌안내소
- 웰컴센터
- 비워크 힐리언스
- 자연세유스파
- 테라피센터
- 황토찜질방
- 선이라운지 & 마루
- 키즈놀이방
- 페인팅 존
- 춘하서가
- 효천갤러리
- 선이장터

야외공간

- 천지인 광장
- 풀향정원 & 모래놀이터
- 송화소금터
- KIVA

반려견 공간

- 힐리펫 카페 & 그라운드
- 운무테라스 (반려견 동반식당)
- 반려견 쉼터

강의장

- 숲 속 유르트
- G.X룸
- 효천서원
- 강의장 (대/중/소)





비채 레스토랑 & 카페

선마을 청춘 밥상은 강원의 자연처럼, 소박하고 건강합니다. 선마을만의 균형 잡힌 3끼 식사를 체험하다 보면 혈당 상승을 막는 식이원리를 이해하게 되고 자연스럽게 실천할 수 있습니다. 선마을이 제안하는 청춘밥상과 함께 새로운 변화와 활력의 계기를 열어보세요.

• 선마을 내 위치

복동 1층

• 운영시간

조식 : 08:00 ~ 09:00 / 중식 : 12:00 ~ 13:00 / 석식 : 18:00 ~ 19:00

※ 성수기 시즌 및 주말 30분씩 Open / Close 연장 운영됩니다.



운무테라스 (반려견 동반 식당)

싱그러운 자연을 나의 반려견과 함께 느끼며 여유로운 식사를 즐길 수 있는 공간입니다.

• 선마을 내 위치

복 1층 채움식당쪽 야외테라스

• 운영시간

조식 : 08:00 ~ 09:00 / 중식 : 12:00 ~ 13:00 / 석식 : 18:00 ~ 19:00

※ 성수기 시즌 및 주말 30분씩 Open / Close 연장 운영됩니다.





가든뮤직홀 & 카페 (문 파빌리온)

정원 한 켠, 쾌적한 라운지는 감미롭고 생생한 음악 사운드 감상에 적합하도록 높은 천고로 설계되어 책을 읽고, 차를 마시며 담소를 나누기에 적합한 공간입니다.
※ 이용시간은 현장 상황에 따라 변경될수 있으며 카페앞 물빛수반, 문 파빌리온 공간에서도 함께 즐기실수 있습니다.

- 선마을 내 위치
가을동 3층
- 운영시간
08:00 ~ 22:00



선향동굴 (무인 와인바)

숲의 정기를 머금은 아늑한 공간으로 프리미엄 와인을 즐기며 푸르른 하늘과 별을 감상하며 휴식을 취하실 수 있는 공간입니다.
※ 이용시간은 현장 상황에 따라 변경될수 있습니다.

- 선마을 내 위치
선향숲길 정상
- 운영시간
08:00 ~ 22:00 (무인운영)





선마을 시설안내 [부대시설]

입촌안내소

간편하고 편리한 셀프체크인 및 선마을의 다양한 정보 (단지 & 트레킹지도, 프로그램 등)를 확인할 수 있는 공간입니다.

• 선마을 내 위치
주차장 B

• 운영시간
10:00 ~ 18:00



웰컴센터

고객에게 선마을 안내 및 선마을의 바깥 풍경, 바위정원을 감상하며 릴렉스한 경험을 제공하는 공간입니다.

• 선마을 내 위치
가을동 0층

• 운영시간
24시간





비워크 힐리언스

웰컴센터 옆에 위치한 업무전용공간으로 고객 전용 PC를 별도로 마련해두었으며, 업무를 위한 와이파이 연결이 가능합니다.

※ 업무외에 사용 금지 및 물을 제외한 식음료 섭취를 금합니다.

• 선마을 내 위치

가을동 0층

• 운영시간

24시간



자연세유 스파

국내 유일 탄산 농도 1,000ppm의 탄산탕, 암반욕장 등이 있으며 탄산탕에서는 짧은 시간 내에 신체 필수 에너지를 충전하고, 온열탕에서는 따뜻한 체온을 유지하여 신진대사와 면역력을 높이며 암반욕장에서는 원적외선과 음이온으로 유해금속은 땀으로 배출되어 신진대사를 촉진하는 공간입니다.

※ 13세 이하 어린이는 스파 입장 시 팔히 보호자를 동반하여 입장해주시기 바랍니다.

• 선마을 내 위치

여름동 2층

• 운영시간

05:00 ~ 22:30 (하절기) / 06:00 ~ 22:30 (동절기)

• 정비시간

08:00 / 11:30 / 16:00





테라피센터

자연 속에서 즐기는 오감만족 테라피로 휴식과 치유의 에너지를 얻고 몸 안의 활력을 깨울 수 있는 공간입니다.
※ 테라피센터는 사전예약 후 이용 가능합니다.

- 선마을 내 위치

여름동 2층
- 운영시간

주중 | (일~목) 13:00 ~ 22:00
주말 | (금) 14:00 ~ 22:00 / (토) 9:00 ~ 22:00
- 예약 및 문의

예약 | 비치된 테블릿으로 예약 (객실, 가든뮤직홀 & 카페, G.X룸, 웰컴센터 등)
문의 | 가을동 웰컴센터로 문의

프로그램안내

페이셜 테라피 Facials Therapy

균형회복 (Moisture Balance)	60분 / 120,000원
미백집중 (Collagen Brightning)	90분 / 150,000원
EGF 탄력재생 (EGF Regeneration)	90분 / 170,000원

바디 테라피 Body Therapy

아로마 백 터치 (Aroma Back Touch)	30분 / 70,000원
리프레쉬 풋 터치 (Refresh Foot Touch)	30분 / 70,000원
시그니처 아로마 터치 (Signature Aroma Touch)	60분 / 120,000원
오리엔탈 아로마 터치 (Oriental Aroma Touch)	90분 / 170,000원
	120분 / 220,000원

패키지 Package

썸 터치 (Healing Touch)	90분 / 170,000원
비채 터치 (Biche Touch)	120분 / 220,000원





선마을 시설안내 [부대시설]

황토찜질방

몸에 이로운 황토로 지어진 찜질공간으로 음이온과 원적외선은 노화방지, 신경통, 스트레스, 혈액순환, 피부미용, 요통, 만성피로 해소에 효과가 있습니다.
 ※ 황토찜질방은 자연세유 스파에서 샤워하신 후 이용하시면 더 쾌적하게 이용하실 수 있습니다.

- 선마을 내 위치
치유동
- 운영시간
06:00 ~ 22:30



선이라운지 & 선이마루

입춘객들이 자연을 바라보며 제빵, 산야초차 만들기, 복조리 만들기 등 다양한 체험을 할 수 있는 공간입니다.

- 선마을 내 위치
가을동 1층
- 운영시간
08:00 ~ 20:00





키즈놀이방

선마을에서 사랑하는 아이와 함께 두뇌발달에 좋은 보드게임 및 각종블럭 놀이를 통해 재미난 추억을 쌓는 공간입니다.

※ 36개월 미만 유아는 반드시 보호자의 동행하에 이용 가능하며 이용 연령은 만 7세(미취학 아동) 이하로 제한합니다.

• 선마을 내 위치

여름동 1층

• 운영시간

08:00 ~ 20:00



페인팅 존

다양한 색칠도구를 이용하여 아이와 함께 정서 발달 및 창의성 향상에 좋은 창작 공간입니다.

※ 36개월 미만 유아는 반드시 보호자의 동행하에 이용 가능하며 이용 연령은 만 7세(미취학 아동) 이하로 제한합니다.

• 선마을 내 위치

여름동 1층

• 운영시간

08:00 ~ 20:00





춘하서가

숲 속의 책방인 춘하서가에서는 나만의 시간을 가질 수 있는 소소한 즐길거리들로 꾸며져 있습니다. 다양한 도서들과 LP 음악을 감상할 수 있는 공간입니다.

- 선마을 내 위치
여름동 1, 2층
- 운영시간
08:00 ~ 22:00



효천갤러리

이시형 설립자의 호 '효천'을 따서 지어진 이름의 갤러리로 효천 서원과 맞닿아 있는 복도식 휴게공간이자 그림 전시 갤러리입니다. 선마을의 자연과 어울리는 주제의 전시를 매년 3~4회 정기적으로 열고 있습니다.

- 선마을 내 위치
겨울동 2층
- 운영시간
08:00 ~ 20:00 (전시기간에만 운영)





선마을 시설안내 [부대시설]

선이장터

선마을이 만든 자연발효초, 저염된장, 저염고추장 선마을 칩 등과 선마을이 엄선한 건강기능식품, 화장품, 천연디퓨저, 도마, 시설품 등을 경험하고 구매할 수 있는 공간입니다.

· 선마을 내 위치

- 봄동 비채레스토랑 1층, 2층
- 가을동 비워크 힐리언스 (안쪽)

· 운영시간

- 봄동 비채레스토랑 1층, 2층 | 08:00 ~ 19:00
- 가을동 비워크 힐리언스 (안쪽) | 24시간





천지인 광장

천지인 광장은 푸르고 넓은 풀밭에서 마음껏 뛰 놀 수 있는 공간입니다. 가족들이 함께 모여 투호를 즐길 수 있고 의자에 누워 휴식을 취할 수 있는 공간으로 선마을에서 가장 넓은 평지입니다.

- 선마을 내 위치
봄동 가을동 사이
- 운영시간
24시간



풀향정원 & 모래놀이터

자연 허브향이 심신의 기운을 일깨우는 신선한 정원과 아이들이 모래를 만지며 상상력을 키우는 오감만족 체험이 가능한 공간입니다.

※ 36개월 미만 유아는 반드시 보호자의 동행하에 이용 가능하며 이용 연령은 만 7세(미취학 아동) 이하로 제한합니다.

- 선마을 내 위치
겨울동 옥상 (야외)
- 운영시간
08:00 ~ 20:00





아메리칸 인디언식 키바 (대/중/소)

별빛이 가득한 밤에 모닥불을 피우며 속마음을 터놓고 이야기할 수 있는 곳입니다. 고구마, 감자 등을 모닥불에 구워 먹으며 가슴 속에 담아둔 이야기를 풀어보는 시간을 가져보세요.

※ 프로그램에 따라 운영시간은 변경될 수 있으며 사전예약은 필수이며 단체고객만 이용가능합니다.

• 선마을 내 위치	• 운영시간	• 이용시간	• 이용금액	• 수용인원	• 예약 및 문의
천지인광장	20:30~21:30	1시간	소 : 55,000원 중 : 77,000원 대 : 110,000원	소 : 5명 중 : 10명 대 : 15명	가을동 웰컴센터 내선 : (*별표)+0) 외선 : 033 - 433 - 2772





선마을 시설안내 [반려견 공간]

힐리펫 카페 & 그라운드

무인으로 운영되는 반려견 동반카페와 야외에는 풀밭으로 조성된 힐리펫 그라운드가 있어 반려견이 마음껏 놀 수 있습니다. 도심에서 벗어나 반려견과 추억을 쌓으며 힐링을 즐기실 수 있는 공간입니다.

- 선마을 내 위치 • 운영시간
- 정원동 6동 위 08:00 ~ 22:00



반려견 쉼터

습도, 온도 조절과 개별 환기가 가능하여 프로그램 및 반려견 동반이 어려운 시설을 이용할 동안 반려견이 편안하고 안락하게 쉴 수 있는 공간입니다.

- 선마을 내 위치 • 운영시간
- 여름동 1층 08:00 ~ 22:00





숲 속 유르트

유르트(Yurt)의 어원은 원래 투르크 어족의 '고향'을 의미하는 단어에서 기원했으며 실제로는 거주지의 뜻을 내포하고 있습니다. 원뿔 모양의 천정은 기운을 모아주는 효과가 있어 명상하는 공간으로 최적이며 공간의 특성상 소리의 울림이 좋습니다. 안에 들어오는 순간 마음이 차분해지고 둥글둥글해지는 기분을 느낄 수 있는 공간입니다.

• 선마을 내 위치

정원동 1동 앞

• 운영시간

객실내 테블릿으로 확인



G.X룸

넓은 창을 통해 쏟아지는 햇살을 받으며 명상과 요가를 즐길 수 있습니다. 벽면 거울을 통해 스스로 자세를 점검하며 스트레칭 등을 할 수 있는 공간입니다.

• 선마을 내 위치

가을동 2층

• 운영시간

객실내 테블릿으로 확인





효천서원

이시형 설립자의 호 '효천'을 따서 지어진 이름의 강의실로 자연 속에서 지식을 담고 교류하는 명덕지선의 배움터입니다. 주로 기업단체 및 세미나 용으로 많이 사용되는 공간입니다.

- 선마을 내 위치
겨울동 1층
- 운영시간
강의진행 시 이용가능
- 적정인원
80명 (추가인원 가능)



강의장 (대/중/소)

주로 기업단체 및 세미나 용으로 많이 사용되는 공간입니다.

- 선마을 내 위치
대, 소: 봄동 / 중 : 여름동
- 운영시간
강의진행 시 이용가능
- 적정인원
대 : 40명 / 중 : 30명 / 소 : 10명



03

선마을 프로그램

- 요일별 프로그램
- 목공 프로그램
- 마음챙김 요가
- 숲테라피
- 소도구테라피





요일별 프로그램

• 예약 방법

선마을 내 비치된 테블릿으로 예약



쉽 요가 / 월요일

부드러운 요가 동작으로 리프레쉬하는 시간을 통해 몸과 마음의 휴식을 얻을 수 있는 프로그램

이용안내

시간 : 20시 30분 ~ 21시 30분 요금 : 2만원 / 20명



힐링뮤직사워명상 / 화요일

힐링 음악의 파동과 온몸의 세포가 공명되어 심신의 이완과 깊은 휴식을 주는 프로그램

이용안내

시간 : 20시 30분 ~ 21시 30분 요금 : 2만원 / 20명



싱잉볼 음악명상 / 수요일

싱잉볼과 힐링음악(432Hz)에 담긴 소리의 파동으로 마음을 치유하고 안정감을 찾는 프로그램

이용안내

시간 : 20시 30분 ~ 21시 30분 요금 : 2만원 / 20명



마음챙김 요가 / 목요일

요가 아사나와 호흡을 통해 몸, 느낌, 마음의 대상을 알아보는 명상적 자각 프로그램

이용안내

시간 : 20시 30분 ~ 21시 30분 요금 : 2만원 / 20명



와식 이완명상 / 금요일

누워서 전신을 편안하게 이완하여 자연스런 리듬을 회복하고 평온함을 주는 프로그램

이용안내

시간 : 20시 30분 ~ 21시 30분 요금 : 2만원 / 20명



아로마 힐링명상 / 토요일

아로마를 활용하여 근육의 이완을 도와 신체 피로를 풀어주고 여유를 찾는 프로그램

이용안내

시간 : 20시 30분 ~ 21시 30분 요금 : 2만원 / 20명



디톡스 요가 / 일요일

호흡과 동작을 통해 몸과 마음의 균형을 회복하는 요가 프로그램

이용안내

시간 : 20시 30분 ~ 21시 30분 요금 : 2만원 / 20명



목공 프로그램



• 프로그램 소개

선마을 목공방에서 언제든지 자유롭게 원하는 목공 제품을 만들며 나무의 깊이와 자연의 결을 느껴보세요.



도마



젓가락



스툴(의자)



티 코스터

• 예약 방법

선마을 내 비치된 테블릿으로 예약

• 이용안내

장소 : 선마을 목공방 (주차장 초입 목재건물)

시간 : 10시 ~ 22시 (운영시간외에 이용은 사전예약 후 이용 가능)

마음챙김 요가



• 프로그램 소개

‘지금, 여기’에 존재하며 요가 아사나와 호흡을 통해 몸, 느낌, 마음, 마음의 대상을 알아차리는 시간을 가지는 프로그램입니다.

• 예약 방법

선마을 내 비치된 테블릿으로 예약

• 이용안내

장소 : 가을동 2층 G.X룸 시간 : 20시 30분 ~ 21시 30분 요금 : 2만원

소도구 테라피



• 프로그램 소개

소도구를 사용하여 심신의 이완을 풀고, 균형을 바로 잡아주어 체액의 흐름을 원활히 하며 인체 중심의 힘을 키워주는 테라피 프로그램입니다.

• 예약 방법

선마을 내 비치된 테블릿으로 예약

• 이용안내

시간 : 19시 30분 ~ 20시 30분 장소 : 가을동 2층 G.X룸 / 숲속유르트

숲 테라피



• 프로그램 소개

치유의 숲 종자산의 풍부한 피톤치드와 맑은 공기를 마시며 숲, 나무, 바람과 교감하고 명상과 사색을 즐기는 힐링 프로그램입니다.

• 예약 방법

선마을 내 비치된 테블릿으로 예약

• 이용안내

시간 : 16시 ~ 17시 집합장소 : 여름동 뒷뜰 (우천시 숲속유르트에서 진행)

04

선마을 서비스

- 과일바스켓 서비스
- 와인바스켓 서비스
- 생활한복 대여 서비스
- 짐 이동 서비스
- 딜리버리 서비스
- 시셀 베개 체험 서비스



과일바스켓 서비스

자연속에서 편안하게 신선한 과일, 건강한 스낵, 음료 등을 즐기며 한가로운 하루를 보내실 수 있도록 객실까지 안전하게 배송해드립니다.

• 서비스 신청 방법

선마을 내 비치된 테이블릿으로 신청

• 이용금액

35,000원

• 구성안내

선마을칩, 과일, 치즈 2종, 음료, 스낵

※ 현장 상황에 따라 구성품은 변동 될 수 있습니다.



와인바스켓 서비스

자연속에서 편안하게 신선한 과일, 건강한 스낵, 와인 등을 즐기며 한가로운 하루를 보내실 수 있도록 객실까지 안전하게 배송해드립니다.

• 서비스 신청 방법

선마을 내 비치된 테이블릿으로 신청

• 이용금액

50,000원

• 구성안내

와인, 과일, 치즈 2종, 음료, 스낵

※ 현장 상황에 따라 구성품은 변동 될 수 있습니다.





생활한복 대여 서비스

선마을에서는 고객님의 편의를 위해 생활한복을 대여 하고 있습니다. 필요하신 분들은 객실 내 테이블릿이나 고객센터에 신청 후 이용 가능합니다.

※ 선마을 생활한복이 필요하신 분들은 환경 부담금(5,000원) 결제 후 이용 가능합니다.

• 서비스신청 방법

선마을 내 비치된 테이블릿으로 신청

• 선마을 생활한복 사이즈 안내

패키지	XXL	XL	L	M	S	XS
남성	110	105	100	95	90	유아용
여성	88	77	66	55	44	

※ 선마을 생활한복은 7부이며 본인의 평소 사이즈를 기준에서 한 사이즈 크게 선택하시면 편안하게 착용하실 수 있습니다.

※ 유아용 : 36개월 미만

짐 이동 서비스

선마을 입촌의 본질은 가벼운 몸가짐으로 비탈길을 걸어 오르는 것입니다. 챙겨오신 짐이 많으시다면 짐 이동 서비스를 해드립니다.

※ 시설 관리소홀로 인한 사고가 아닌 개인의 부주의로 인한 사고에 대해서는 책임지지 않습니다.

• 서비스 신청 방법

선마을 내 비치된 테이블릿으로 신청

• 서비스 이용시간

[입촌 짐 이동 서비스]

입촌시 15:00 ~ 18:00까지 매 30분 단위로 객실로 짐이동 서비스를 해드리며 18시 이후 입촌자는 가을동 웰컴센터로 문의바랍니다.

[퇴촌 짐 이동 서비스]

퇴촌시 10:30 ~ 11:30까지 매 30분 단위로 짐 이동 보관소로 전달해드립니다.

딜리버리 서비스

노약자 또는 거동이 불편하신 분들을 위해 선마을청춘밥상을 도시락에 담아 객실까지 안전하게 배송해드립니다.

• 서비스 신청 방법

식사 시작 1시간 전까지 객실 테이블릿 혹은 웰컴센터(내선번호 0번)을 통해 미리 신청 및 예약

• 서비스 이용시간

조식 : 08:00 ~ 09:00 / 중식 : 12:00 ~ 13:00 / 석식 : 18:00 ~ 19:00

- 비채레스토랑 식사시간과 동일합니다.



시셀 배게 체험 서비스

선마을만의 특별한 서비스로 고객님의 편안한 숙면과 바른 자세를 위하여 시셀 베개를(4개 중 택1) 체험 하실 수 있고 구매 전의 경험을 해보실수있습니다.
※ 베개의 수량은 한정 되어 있어 선착순으로 조기 마감 될수있습니다.

• 서비스 신청 방법
선마을 내 비치된 테블릿으로 신청

• 서비스 이용시간
입춘 15 :00 ~ 퇴춘 11:00

• 시셀 소프트 (총 4종)
시셀 소프트는 시셀의 기본 제품 군으로 내몸에 꼭 맞춘 편안함을 선호하는 분께 적합합니다. 비스코 엘라스틱 폼 소재는 일반 메모리 폼과는 차원이 다른 부드러운 촉감을 선사하여 목과 척추가 바른 자세를 유지하게 도와줘 몸의 부담도 줄여 드립니다.

소프트	소프트 하이	디럭스	밤비니
기본형 부드러운 촉감  무난한 높이 베개 선호	기본형 대비 + 3cm 높은 목높이  다소 높은 베개 선호	기본형 대비 +16cm 넓이 (높낮이조절패드 추가)  - 뒹침이 심한분 - 코골이가 심한분 - 자세를 자주 바꾸는 분	13세 이하 어린이 전용  올바른 수면습관과 자세 유지가 필요한 어린이

추천 : 목과 어깨가 경직된 분 & 부드럽고 편안 베개를 원하는 분

• 시셀 클래식 (총 2종)
시셀 클래식은 탄성력이 강하고 견고한 베개를 선호하는 분께 적합합니다. 복원력이 좋고 내구성이 뛰어난 소재를 사용하여 목을 견고하게 받쳐주며 안정적인 수면에 도움을 줍니다.

클래식	클래식 하이
기본형 단단하고 안정감 있는 촉감  무난한 높이 베개 선호	기본형 대비 + 3cm 높은 목높이  다소 높은 베개 선호

추천 : 목에 힘이 없거나 약한 분 & 탄성력 좋은 베개를 원하는 분



05

테블릿 이용안내

- 세부내용 안내
- 서비스 & 프로그램 신청방법 안내





1 선마을 소개

선마을을 제대로 즐기기 위해 알아 두면 좋을 정보가 안내되어 있습니다.

- 선마을 소개
- 선마을 이야기
- 입촌 시 가이드

2 오늘의 프로그램

선마을에서 준비한 다양한 프로그램 확인이 가능합니다.

- 스테이 일정표
- 프로그램 소개
- 숲속 영화관 상영표
- 식단표

3 룸 서비스

고객님의 편의를 위해 제공되는 서비스를 객실에서 간편하게 예약 및 신청이 가능합니다.

- 와인 바스켓
- 과일 바스켓
- 봄피크닉 세트
- 생활한복 신청
- 딜리버리 (조식, 석식) 서비스
- 침구 추가 (1set)
- 시세베개 체험 신청 (선착순)

4 선마을 추천 상품

선마을만의 레시피로 만든 상품을 둘러볼 수 있습니다.

- 선마을 김치 4종
- 참기름
- 저염 장류
- 선마을 칩
- 자연발효초

5 프로그램 신청

선마을에서 체험 할 수 있는 프로그램 신청이 가능합니다.

- 목공 프로그램
- 소도구 테라피
- 숲 테라피
- 유료 프로그램 (요가/명상)

7 My Page

신청한 프로그램, 룸 서비스, 상품구매에 대한 상세내역과 진행상태를 확인 할 수 있습니다.



6 선이몰 상품

선이몰에서는 보다 다양한 선마을 상품을 둘러볼 수 있습니다.

8 퇴촌 (집 이동 신청)

퇴촌 시 집 이동 서비스를 이용하실 수 있습니다.

- 후불 정산 금액이 없으실 경우

퇴촌 신청 후 바로 집 이동 서비스 신청이 가능합니다.

- 후불 정산 금액이 있으실 경우

짐을 객실 문 앞에 두고 가을동 웰컴센터를 방문하여 퇴실정산 및 집 이동 서비스를 신청해 주시기 바랍니다.



① 룸서비스 신청 방법



Step.1
룸 서비스 탭 클릭하기



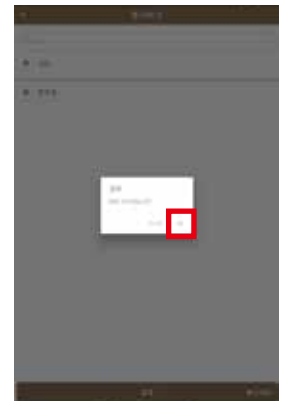
Step.2
원하는 서비스 클릭하기



Step.3
수량 및 금액 확인 후
장바구니 담기



Step.4
우측 하단 장바구니 클릭 후
금액 결제하기



Step.5
결제 완료

② 추천 상품 신청 방법



Step.1
추천 상품 탭 클릭하기



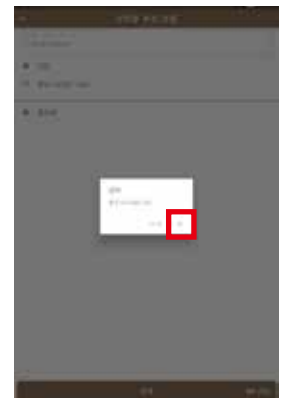
Step.2
원하는 상품 클릭하기



Step.3
수량 및 금액 확인 후
장바구니 담기



Step.4
우측 하단 장바구니 클릭 후
금액 결제하기



Step.5
결제 완료

③ 프로그램 신청 방법



Step.1
프로그램 탭 클릭하기



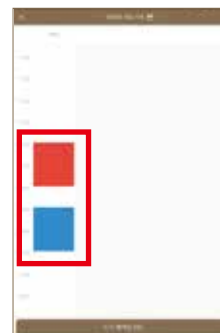
Step.2
원하는 프로그램
클릭하기



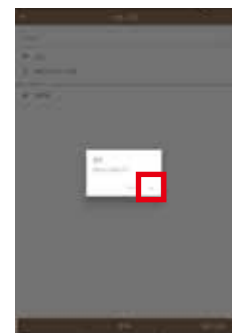
Step.3
인원 및 금액 확인 후
장바구니 담기



Step.4
장바구니에서 시간예약
클릭하기



Step.5
원하는 시간 선택하기
선택 전 - 파란색
선택 후 - 빨간색



Step.6
결제 완료