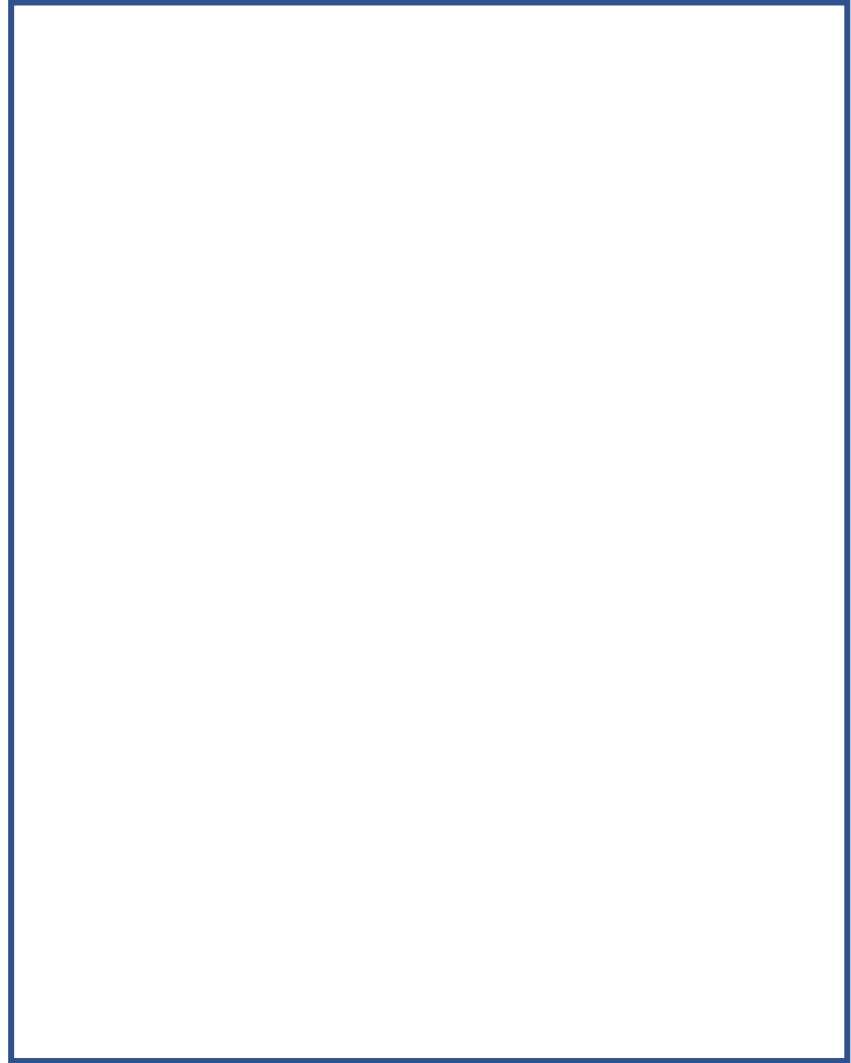


삼삼한 여행

- 웰니스편 -



대구 웰니스 체험관광 가이드북



흰색 배경

Contents (메인 타이틀)

Wellness & Sports 코스	02
Art & Craft 코스	16
History & Culture 코스	34

본 가이드북에 소개된 체험은
『대구 웰니스 체험관광상품 공모전』을 통해 선정되었습니다.

대구 웰니스 체험관광상품 공모전은
3대 문화권 관광진흥사업의 일환으로
대구지역의 체험관광 콘텐츠 발굴을 위하여 진행되었습니다.

웰니스
스포츠

Wellness & Sports

한 눈에 보는 Wellness & Sports 관광 코스



1. 대구국제사격장 - 쏘라! 즐겨라! 짜릿함을 느껴라~
2. 대구활공랜드 - 2인승 패러글라이딩 체험
3. 마이웨이프리다이빙 - 일일 체험 프리다이빙 <대구 두류다이빙풀>
4. 뷰라운지 - K-뷰티 데이스파
5. 스파밸리 - 스파밸리 네이처파크 숲 체험 <동물교감>
6. 유후 - 전기 자전거로 즐기는 대구 여행

01. 대구 국제사격장

짜라! 즐거라! 짜릿함을 느껴라~
#클레이#권총실탄#공기총#BB탄총#VR#전투체험장



- 대구광역시 북구 문주길 170
- 053-312-0000
- 월요일~일요일 09:00~18:00 / 매주 월요일 휴무
- 사전예약 필수



이런 점이 좋아요

- 총 7종의 모든 사격 종목을 즐길 수 있습니다.
- 한국 국가대표 사격선수가 훈련하는 국제규격의 경기장을 볼 수 있습니다.
- 사격 훈련하고 있는 국가대표 선수들을 만날 수 있습니다.
- 신선한 공기, 초록빛 자연에서 사격을 할 수 있습니다.
- 국가대표급 실업사격팀의 사격 지도를 받을 수 있습니다.



이런 분들에게 추천해요

- 스트레스를 해소하고 싶은 분
- 사격에 자신 있는 분
- 색다른 체험을 하고 싶은 분
- 서바이벌 체험을 하고 싶은 분
- 특별한 워크숍을 원하는 분



02. 대구활공랜드

2인승 패러글라이딩 체험
인생 최고의 버킷리스트! 비행의자유~



- 대구광역시 달성군 현풍읍 지동길 312
- 053-755-1336
- 금요일~일요일 09:00~17:00 (계절에 따른 유연성)
- 사전예약 필수

6



이런 점이 좋아요

- 대구 남부 드넓은 전경을 한눈에 담을 수 있습니다.
- 대도시 주변 유일의 패러글라이딩 명소입니다.
- 진정한 인생 샷을 남길 수 있습니다.
- 전문가와 함께 안전하고 행복하게 비행할 수 있습니다.



이런 분들에게 추천해요

- 한 마리 새가 되어보고 싶은 분
- 평생 기억될 추억이 필요한 분
- 세상 어디에도 없을 인생 샷이 필요한 분
- 가장 극적이고 짜릿한 기분전환이 필요한 분
- 안전하고 과학적인 패러글라이딩의 매력을 느끼고 싶은 분



7

03. 마이웨이프리다이빙

일일 체험 프리다이빙 <대구 두류다이빙플>
수중에서 경험하는 나만의 절대 자유



- 대구 달서구 공원순환로 237 두류수영장
- 011-9859-7968
- 화, 수, 목요일 10:00, 14:00 / 금요일 14:00, 19:00 / 주말 10:00, 14:00
- 사전예약 필수



이런 점이 좋아요

- 물속에서 당신만의 절대 자유를 느낄 수 있습니다.
- 생존을 위한 수영을 배우고 물의 두려움을 극복할 수 있습니다.
- 수영을 못해도 충분히 즐길 수 있습니다.
- 자격증 코스에도 도전할 수 있습니다.
- 아주 특별한 추억과 인생 사진을 남길 수 있습니다..



이런 분들에게 추천해요

- 매력적인 수중 스포츠에 도전하고 싶은 사람
- 친절한 전문가에게 프리다이빙을 배우고 싶은 사람
- 평생 취미를 만들고 싶은 사람
- 특별한 추억과 사진을 만들고 싶은 사람
- 물 공포증을 한 번에 날리고 싶은 사람
- 여름 바다와 친해지고 싶은 사람



04. 뷰라운지

K-뷰티 데이스파

스마트 맞춤형 관리로, 60분 만에 예뻐지자!



- 대구광역시 수성구 달구벌대로 528길 15 수성대학교 강산관
- 0507-1397-5235
- 월요일~토요일 10:30~20:00
- 사전예약 필수

10



이런 점이 좋아요

- 전문 뷰티 테라피스트의 세심한 케어를 경험해 볼 수 있습니다.
- 첨단 기기로 피부 상태를 진단하고 맞춤형 제품을 추천드립니다.
- 두피, 얼굴, 전신 등 나에게 필요한 맞춤형 테라피가 준비되어 있습니다.
- 테라피에는 대구와 해외 유명 브랜드에서 생산된 전문 제품이 사용됩니다.
- 대구 수성대학교 안에 위치해 200여 평의 넓은 공간과 넉넉한 주차장이 있습니다.



이런 분들에게 추천해요

- 전문가의 맞춤형 두피 및 피부 케어를 받고 싶으신 분
- 두피와 피부 상태에 대해 정확하게 알고 싶으신 분
- 내 피부에 맞는 고급 제품을 합리적인 가격에 구매하고 싶으신 분
- 지친 몸과 마음에 힐링이 필요하신 분



11

05. 스파밸리 네이처파크

스파밸리 네이처파크 숲 체험 <동물교감>

#동물원 #먹이주기 #대구스파밸리 #동물교감키트



- 대구광역시 달성군 가창면 가창로 891
- 1688-8511
- 월요일~일요일 10:00~18:00
- 사전예약 필수

12



이런 점이 좋아요

- 50여 종 300여 마리 동물과 교감하는 생태체험입니다.
- 12만 평 부지 350여 종 꽃과 나무가 조성된 아름다운 정원을 즐길 수 있습니다.
- 다양한 체험 놀이 시설과 이벤트, 공연 프로그램 운영하고 있습니다.
- 자연 친화형 숙박시설(호텔 드포레), 워터파크 등의 시설이 연계되어 있습니다.

이런 분들에게 추천해요

- 동물을 사랑하고 교감하고 싶은 분
- 자연 속 힐링의 경험을 원하는 분
- 아이들과 자연의 체험을 원하는 가족
- 동물원과 물놀이를 함께 즐기고 싶은 분
- 테마파크 속 특별한 숙소를 원하는 분



13