

요가 고요를 몸과 마음으로 실천하는  
YOGA 요가, 명상 테라피

#### DMZ 평화 요가



10. 7. 토 11 : 00 통일전망대 앞 광장  
이자벨 광  
북녘 땅을 바라보는 통일전망대에서  
평화로운 공명을 전하는 악기  
공(Gong)과 함께하는 사운드배스  
요가 클래스

#### 화암사 일출 명상



10. 8. 일 6 : 30 금강산화암사 미륵전  
김사라스와띠  
금강산 일만이천봉 첫 번째 절 화암사,  
가을 산의 아침을 물들이는 싱잉볼  
사운드를 따라 스스로의 몸을  
바라보는 요가니드라

이야기 '내 안의 고요를 말하다'  
TALK 고성에서의 삶, 요가하는 삶,  
10. 7. 토 수련하는 삶에 대한 미니 토크 콘서트  
13 : 30  
금강산화암사  
종무소 앞



무문sun  
화암사 부주지님



김경희  
요가 지도자, 화가



이우제  
요가 지도자,  
퍼스널 트레이너

## 고요 2023 콘서트 GOYOCON

대한민국 최북단, 분단의 역사와  
미래의 평화가 공존하는 곳  
동쪽에는 바다, 서쪽에는 백두대간  
청정 자연이 함께하는 고성에서  
마음의 고요를 만나다!

#### 공연 · 요가 프로그램



10. 7. 토

통일전망대  
11 : 00 [요가]  
DMZ 평화 요가

금강산화암사  
13 : 30 [이야기]  
내 안의 고요를 말하다

15 : 00 [공연]  
영성음악 콘서트



10. 8. 일

금강산화암사  
6 : 30 [요가]  
화암사 일출 명상

마차진해수욕장  
10 : 00 [요가]  
물빛 힐링 요가

#### 참가신청

- 요가 및 이야기 프로그램은 사전예약을 통해 운영합니다.
- 통일전망대 프로그램 참여 시 제진검문소 출입신고절차를 거쳐야 합니다.

문의 070-4185-4524

\* 본 공연은 2024 강원동계청소년올림픽 불조성을 위한 배후도시 불업 문화프로그램  
지원사업에 선정된 공연입니다.

2023. 10. 7. 토 - 10. 8. 일

통일전망대, 금강산화암사

고요콘서트 2023  
GOYOCON

주최  
고성군

주관  
고성문화재단

후원  
문화체육관광부  
강원특별자치도



**공연**  
**CONCERT**  
10. 7. 토 15:00  
금강산화암사  
특설무대

**한국과 인도의 전통 악기, 따뜻한  
음색으로 영혼의 심을 선사하는  
영성 음악 콘서트**



**박순아 가야금 × 여성룡 구름, 장단**  
서울과 평양을 두 손에 품은 유일무이  
가야금 연주자 박순아와 중요무형문화재  
57호 경기민요 전수자 여성룡.  
무한히 피어나고 사라지는 생명의 꽃,  
만다라와 같이 하나되는 세상을 그린다.



**박재록 시타르 × 구성모 타블라**  
인도를 대표하는 멜로디와 리듬의 만남.  
시타르 고유의 높은 음색과 타블라의  
절제된 리듬으로 다채로운 라가 연주를  
선보인다.



**마인드 컬렉티브 Mind Collective**  
**박상연 재즈기타 × 송미호 콘트라베이스**  
음악을 통해 힐링을 표방하는  
기타리스트 박상연과 베이스리스트  
송미호. 마음과 마음으로 연결되는  
어쿠스틱 사운드가 위로를 전한다.



**Project Yul(율)**  
**김효영 생황 × 박승원 율기**  
한국을 대표하는 생황 연주자 김효영과  
월드뮤직그룹 공명 박승원의  
컬래버레이션. 생황과 피리, 율기,  
기타의 조화, 공간을 탐색하는 음색의  
향연이 고요한 정적을 깨운다.

**여행**  
**TRAVEL**  
고성의 즐길거리, 볼거리, 먹을거리로  
떠나는 마음챙김 여행

**제휴 프로그램** \*본 프로그램은 지역 제휴를 통해 진행됩니다.  
참여 시 각각의 문의전화를 통해 별도 예약해 주세요.

★ **켄싱턴리조트 설악밸리** ☎ 033-633-0100

**10. 7. 토 13 : 00 | 화암사 고요 트래킹**

아름다운 가을 단풍과 영혼의 음악이 함께하는 힐링 트래킹!  
화암사로 이어지는 숲길코스와 영성음악 콘서트 연계 프로그램

★ **해달나무요가연수원 • 물빛힐링센터** ☎ 033-682-6747

**10. 8. 일 10:00 마차진 해수욕장 물빛 힐링 요가**

지금 여기 머무는 곳에서 알아차리기, 깨어있기  
자연 속에서 느끼는 힐링 요가&명상 프로그램

★ **마음관리사무소** ☎ 0507-1382-7255

**11:00~18:00 색채패키지**

세상 어디에도 없는 심리상점, 아야진 바닷가에서 만나는 색채 치유

**추천 관광코스**

[코스 ① 도보] 신선대 단풍 트래킹

화암사에서 출발하여 수바위, 신선대(성인대), 울산바위를  
가까이서 조망하는 숲길 트래킹 코스

화암사 — 2km — 신선대(성인대) — 2km — 화암사  
1시간 10분 1시간 10분

[코스 ② 차량] 동해안 드라이브

동해안을 따라 고성의 다채로운 풍경 속으로 떠나는 드라이브

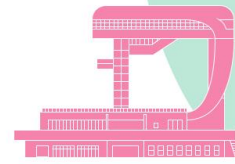
화암사 — 14km — 청간정 — 4km — 천학정 — 1km — 능파대

통일전망대 — 15km — 화진포 — 21km — 송지호 관망타워

[코스 ③ 차량] 최북단 역사안보 관광

격변의 한국 근현대사, 역사적 현장으로 찾아가는 시간여행

6.25전쟁체험관 — 1km — DMZ박물관 — 14km — 화진포 역사안보전시관  
김일성, 이승만, 이기붕별장



★ **고성통일전망타워**

DMZ박물관

해달나무요가연수원 ★

마차진

화진포

건봉사

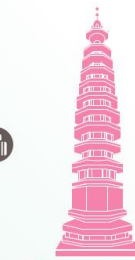
송지호

고성왕곡마을

봉수대

삼포

마산봉



★ **금강산화암사**

천학정

맹그로브 고성

마음관리사무소 ★

포유리조트

청간정

켄싱턴리조트설악밸리

울산바위