

# เส้นทางท่องเที่ยว Happy Healthy Life @อยุธยา-สระบุรี 3 วัน 2 คืน

รถยนต์ ที่เที่ยวไทย



## Day 01



ออกเดินทางจากกรุงเทพฯ ฟิตร่างกายและใจให้สมดุล  
ที่ **THANN Wellness Destination** ด้วยกิจกรรมเพื่อสุขภาพหลากหลายรูปแบบ  
เดินทางไป อ.บางปะอิน เที่ยวชม**ตลาดโต้รุ่ง** และรับประทานอาหารเที่ยง



ขอพรหลวงพ่อดโต ที่ **วัดพนัญเชิงวรวิหาร** พระพุทธรูปคู่บ้านคูเมืองกรุงศรีอยุธยา  
เดินทางไป**อาคารเครื่องทองอยุธยา พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติเจ้าสามพระยา**  
ชมโบราณวัตถุประเภทเครื่องทองอยุธยา  
ชม ซิม โรตีสายไหมอีกหนึ่งอาหารถิ่นของอยุธยาที่ **ร้านโรตีสายไหม อาบิตีบ-ประนอม แสงอรุณ (สาขา 2)**  
ชิมพิสเสนต์ไทย กลางกรุง ที่**ร้านหอมกลิ่น Thai dessert cafe**  
รับประทานอาหารเย็น เพลิดเพลินและอิมมอร์รอยไปกับเมนูอาหารถิ่นของอยุธยา  
ชม **Light up** โบราณสถานยามค่ำคืนรอบ ๆ อุทยานประวัติศาสตร์พระนครศรีอยุธยา เข้าที่พัก

## Day 02



เดินทางไป**ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงบ้านของพ่อ**  
สถานที่เรียนรู้เชิงเกษตร กินกล้วยเดี่ยวเรือที่**ร้านกล้วยเดี่ยวเรือป่าเล็ก**  
กล้วยเดี่ยวเรือรสชาติเข้มข้นที่เปิดขายมาอย่างยาวนาน



เดินทางไป อ.หนองแซง จ.สระบุรี ท่องเที่ยวที่ **คลื่นฟาร์ม**  
ฟาร์มเกษตรเชิงท่องเที่ยว เดินทางไป**สวนผักครูสรศรี**  
อ.มวกเหล็ก จ.สระบุรี ศูนย์เรียนรู้ปลูกผักสลัดอินทรีย์  
เที่ยว **ฟาร์มสายทอง ฟาร์มมัลเบอร์รี่**  
ผ่อนคลายกับธรรมชาติที่ **อุทยานแห่งชาติน้ำตกเจ็ดสาวน้อย**  
รับประทานอาหารเย็นที่**ร้าน Jittang Permaculture Restaurant & Cafe**  
เข้าที่พัก

## Day 03



สนุกสนานกับ **ฟาร์มโคนมไทย-เดนมาร์ก** ภายในมีกิจกรรมมากมาย  
เข้าชม **หอมสิการ** สถานที่ท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมริมเทือกเขาพระพุทธรบาท  
ผ่อนคลายกับสปาที่ใช้น้ำมันนวดสูตรพิเศษที่ **พิมทวา สปา** สปาสไตล์บูทิก



**ตลาดหัวปลี** รับประทานอาหารท้องถิ่น พาकिनสร้างสุข  
เพื่อสุขภาพดีดี เมนูเด็ดคือ ลาบหัวปลี  
**วัดเชิงเขา** สักการะพระมหาธาตุเจดีย์ปาวากิโก (พระธาตุเชิงเขา)  
รับประทานอาหารเย็นมือสุขภาพก่อนกลับกรุงเทพฯ  
ที่ร้าน **Terminal Salades & Pharma** เดินทางกลับ

### ROAD TIMELINE

เส้นทางท่องเที่ยว  
Happy Healthy Life  
@อยุธยา-สระบุรี



# DAY 1

## ช่วงเช้า

ออกเดินทางจากกรุงเทพฯ ไปยัง อ.บางไทร จ.พระนครศรีอยุธยา

ฟื้นฟูร่างกายและใจให้สมดุลที่ **THANN Wellness Destination** ด้วยกิจกรรมเพื่อสุขภาพหลากหลายรูปแบบ อาทิ Spa treatment บริการจากเทอร่าปิสที่จบการศึกษาจากการแพทย์แผนไทยประยุกต์โดยตรง มีความรู้ด้านกายวิภาค รวมถึงการใช้บริการ Wellness zone (โทร. 035-910910)

เดินทางไป อ.บางปะอิน เกี่ยวชม **ตลาดโก้งโค้ง** และรับประทานอาหารเที่ยง ที่นี่เป็นตลาดโบราณย้อนยุค ซึ่งคำว่า “ตลาดโก้งโค้ง” เป็นคำที่ใช้เรียกกิจกรรมยี่นและกัมลงสนกนา ระหว่างผู้ซื้อและผู้ขายในสมัยโบราณ(เปิดตลาดทุกวันพฤหัสบดี, วันศุกร์, วันเสาร์และ วันอาทิตย์) โทร. 089-1078443



## ช่วงบ่าย

ชมพระหลวงพ่อด ที่ **วัดพนัญเชิงวรวิหาร** พระพุทธรูปคู่บ้านคู่เมืองกรุงศรีอยุธยา มีอายุมากกว่า 600 ปี (โทร. 035-243867)



เดินทางไป **อาคารเครื่องทองอยุธยา พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติเจ้าสามพระยา** ชมโบราณวัตถุประเภทเครื่องทองอยุธยาที่ค้นพบในแหล่งโบราณคดีจังหวัดพระนครศรีอยุธยาที่มีมากกว่า 2,000 ชิ้น (โทร. 035-241587)



ชม ชิม โรตีสายไหมอีกหนึ่งอาหารถิ่นของอยุธยา ที่ใครมาก็ต้องมาชิมและซื้อกลับไปฝาก ที่ **ร้านโรตีสายไหม อาบิดีน-ประนอน แสงอรุณ** (สาขา 2) ตรงสะพานวัดกษัตรา สามารถชมวิธีการทำแป้งและดึงสายไหม พร้อมซื้อเป็นของฝากติดไม้ติดมือกลับไปได้ (โทร. 087-9721372)



สัมผัสเสน่ห์ไทย กลางกรุง ที่ **ร้านหอมกลิ่น Thai dessert cafe** ชิมขนมไทยร่วมสมัยขนมไทยโบราณ ขนมไทยประยุกต์ หวานน้อย หอมอร่อย ชมวิววัดราชบูรณยามเย็นที่มีความสวยงามมาก โดยพื้นที่จะอยู่ในส่วนของ ชั้นที่ 4 และชั้นบนสุดที่สามารถมองเห็นวิววัดในมุมสูง (โทร. 081-8516702)

รับประทานอาหารเย็น อาหารไทยตำรับอยุธยา ได้ที่  
- **ร้านสำเภานาวา** โทร. 065-5542266  
- **ร้านท่าหลวง** โทร. 081-6361568  
- **ร้านไทรทอง** โทร. 087-1213936

ชม Light up โบราณสถานยามค่ำคั่นรอบๆ อุทยานประวัติศาสตร์พระนครศรีอยุธยา และในช่วงเดือนธันวาคม-มีนาคม 2566 มีกิจกรรมพิเศษที่สามารถเข้าไปชมความสวยงาม ยามค่ำคั่นที่ด้านในของโบราณสถาน



เข้าที่พัก พักผ่อนตามอัธยาศัย

# DAY 2

## ช่วงเช้า



เดินทางไป **ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงบ้านของพ่อ** สถานที่เรียนรู้เชิงเกษตร ที่ต้องการนำเสนอแนวคิด แรงบันดาลใจ และการสร้างจิตสำนึกที่ดีผ่านหลักคำสอนและหลักการทรงงานของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ 9) (เปิดบริการทุกวัน เวลา 08:00น.-17.00 น. โทร.098-9657998)

มาอยุธยาต้องกินก๋วยเตี๋ยวเรือ ที่ **ร้านก๋วยเตี๋ยวเรือป้าเล็ก** ก๋วยเตี๋ยวเรือรสชาติเข้มข้นที่เป็ดงายมาอย่างยาวนาน การันตีความอร่อยด้วยรางวัลบิ๋นจ๋องมอญ จากมิชลิน ไกด์ (โทร. 089-8047418)

เดินทางไป อ.หนองแขง จ.สระบุรี ท่องเที่ยวที่ **คลื่นฟาร์ม** ฟาร์มเกษตรเชิงท่องเที่ยว ที่มีความเป็นธรรมชาติอยู่ในตัว พร้อมทั้งจะให้คนได้นั่งพักผ่อน เล่นเล่นชมวิว และถ่ายภาพเก็บไว้เป็นที่ระลึก สัมผัสอากาศที่บริสุทธิ์ ชิมเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ วัตถุดิบผักและผลไม้พรีเมียมคุณภาพสูง รสชาติดี ใส่ใจทุกขั้นตอนในการปลูก ไม่มีสารพิษ โทร. 096-4593659 เปิดให้บริการเวลา 09.00 - 18.00 น. พิกัด <https://maps.app.goo.gl/jBggUbAuPFetd8na8>



## ช่วงบ่าย



เดินทางไป **สวนผักครูสรรเสริญ** อ.มวกเหล็ก จ.สระบุรี ศูนย์เรียนรู้ปลูกผักสลัดอินทรีย์ ที่มีกิจกรรมเรียนรู้ต่างๆ ให้ได้เปิดประสบการณ์ อาทิ ทดลองปลูกต้นอ่อนทานตะวัน ฝึกทำสลัดโรลด้วยตัวเอง ซ้อมผักสดกรอบ และน้ำสลัดครูสรรเสริญ นำกลับไปเป็นของฝากที่บ้าน โทร. 081-8283917 เปิดให้บริการเวลา 09.00 - 17.00 น. พิกัด : <https://maps.app.goo.gl/b5jUpneHgMTBoFXC6>



เที่ยว **ฟาร์มสายทอง** ฟาร์มมิลเบอร์รี่ เจ้าของฟาร์มใจดี คอยให้บริการแนะนำให้ความรู้ในการทำเกษตรมากมาย จึงนำมิลเบอร์รี่พร้อมชม แครกเกอร์กาแฟแสนอร่อย และชม ชิม ซอปลผลิตกันจากมิลเบอร์รี่ โทร. 089-0451558 เปิดให้บริการเวลา 08.00 - 17.00 น. พิกัด : <https://maps.app.goo.gl/3QnBLrmcQkkLrCLT7>

ผ่อนคลายกับธรรมชาติที่ **อุทยานแห่งชาติน้ำตกเจ็ดสาวน้อย** สถานที่ท่องเที่ยวธรรมชาติที่ร่มรื่น สะอาด มีน้ำตกที่สวยงามขนาดใหญ่ น้ำใสไหลเย็นตลอดทั้งปี มีด้วยกันถึง 7 ชั้น โทร. 036-346586 เปิดให้บริการเวลา 08.00 - 17.00 น. พิกัด <https://maps.app.goo.gl/rzBicevXVmBXvH1R9>



รับประทานอาหารเย็นที่ **ร้าน Jittang Permaculture Restaurant & Café** ร้านอาหารเกษตรอินทรีย์ วัตถุประสงค์ธรรมชาติ ปลอดภัย เป็นอาหารที่ทานแล้วมีความสุขทุกขณะจิตตามคอนเซ็ปของร้าน และยังมีบรรยากาศร้านที่ฮิลใจด้วยธรรมชาติของธารน้ำตก ติดต่อก : 095 579 2956 เปิดให้บริการเวลา 09.00 - 20.00 น. พิกัด : <https://maps.app.goo.gl/nBzhLYrgqZWysa887>



เข้าที่พัก พักผ่อนตามอัธยาศัย

# DAY 3

## ช่วงเช้า



สนุกสนานกับ **ฟาร์มโคนมไทย-เดนมาร์ก** ภายในมีกิจกรรมมากมาย เช่น นั่งรถรางชมฟาร์มฯ ทำกิจกรรมรีดนมแม่โค/ป้อนนมลูกวัว สาธิตทำปุ๋ยหมัก เยี่ยมชมโรงงานผลิตนมฯ ชมการแสดงควาบบอย/ขั้วม้า ขั้วม้า ATV ชมวิว ติดต่อก : 091 890 6335 เปิดให้บริการเวลา 08.00 - 16.30 น. พิกัด : <https://maps.app.goo.gl/BTJv32y68yXcs1WR7>

เข้าชม **หอนมสิการ** สถานที่ท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมริมเทือกเขาพระพุทธรูปที่มีความสวยงามมาก และเป็นแหล่งท่องเที่ยว Unseen ประเทศไทย ปี 2023 โทร. 095-7600885 เปิดให้บริการ อังคาร - ศุกร์ : เวลา 10.00 - 17.00 น. เสาร์ - อาทิตย์ : เวลา 09.30 - 18.00 น. (หยุดทุกวันจันทร์) พิกัด : <https://maps.app.goo.gl/3Cpbsb7Z327Qkxabc6>



ผ่อนคลายกับสปาที่ใช้น้ำมันวดสูตรพิเศษที่ **พิมทเวา สปา** สปาสไตล์บูติกของโรงแรม The Soul Resort โรงแรมกลางหุบเขาวิวอลังการจากเทือกเขาพระพุทธรูป สถานที่แรกในไทยที่มีการฝึกจิตกับธรรมชาติเหมือนได้พักผ่อน Social Detox ทั้งร่างกายและใจ ติดต่อก : 099 782 1777, 096 296 4422 เปิดให้บริการทุกวัน พิกัด : <https://maps.app.goo.gl/Er7QzGqfVKACNQ3J6>

## ช่วงบ่าย

**ตลาดหัวปลี** รับประทานอาหารท้องถิ่น พาकिनสร้างสุข เพื่อสุขภาพดีดี เมนูเด็ดคือ ลาบหัวปลี ซึ่งเป็นเมนูอาหารชูถิ่น 1 เมนู 1 จังหวัด ต้นตำรับของสระบุรี และที่นี่รวมเอาสินค้าชุมชน อาหาร ขนม ประยุกต์สดใหม่ สินค้า OTOP ของดีสระบุรี อาหารท้องถิ่นมาไว้รอต้อนรับให้นักท่องเที่ยวเลือกสรรที่สำคัญ ตลาดแห่งนี้ได้รับรางวัลยอดเยี่ยม Thailand Tourism Gold Awards สาขาแหล่งท่องเที่ยวชุมชน ปี 2566 โทร. 085-1237365 เปิดให้บริการ วันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ ตั้งแต่เวลา 09.00 - 17.00 น. พิกัด : <https://maps.app.goo.gl/RjnX6aBXkSKHHyif6>



**วัดเชิงเขา** สักการะพระมหาธาตุเจดีย์ปาวาทิโก (พระธาตุเชิงเขา) เจดีย์แห่งนี้ได้รับทุนก่อสร้างตั้งต้นจาก หลวงพ่อธวัช ปาสาทิโก แห่งวัดตะโก อยุธยา โดยออกแบบอย่างสวยงามและยิ่งใหญ่เจดีย์สร้างขึ้นบนภูเขาโดยมีความสูงถึง 5 ชั้น ชั้นบนสุดเป็นยอดเจดีย์สีทองครอบพระพุทธรูป คือ หลวงพ่อแก้ว ประทานพร

รับประทานอาหารเย็นมือสุขภาพก่อนกลับกรุงเทพฯ ที่ร้าน **Terminal Salades & Pharma** ชิมสารพัดเมนูจากผักออแกนิก วัตถุดิบคุณภาพ และ น้ำสลัดสูตรเด็ด รวมถึงอาหารฟิวชั่น และกาแฟพรีเมียมต่างๆ โทร. 096-9896636 เปิดให้บริการเวลา 11.00 - 22.00 น. พิกัด : <https://maps.app.goo.gl/gd3BiuCysiRgn6TM7>

เดินทางกลับกรุงเทพฯ