

BEACH葉山 プログラム 2018年2月スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
BEACH/STUDIO				ビラティス 9:00 10:15 shino BEACH WORKOUT 10:30 11:45 tan シヴァナンダヨガ 13:30 14:45 代行	アシュタンガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青本 循環気功 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ 9:00 10:15 タルン BEACH FITNESS 10:30 11:45 タルン ビラティス 14:00 15:15 yusuke コンディショニング 15:30 16:15 伊藤	BEACHヨガ(自然との融合) 9:00 10:15 Mika アシュタンガヨガ ALL level 10:30 12:00 代行 BEACH HULA(フラ) 14:00 15:15 レイラニ Yin(陰)ヨガ 15:30 16:45 ria
OCEAN				ロングボードサーフィン3 10:00 12:00 津田 お散歩SUP 10:45 12:15 伊藤 シトオンカヤック 13:30 15:00 伊藤	スノーケル2 10:00 11:30 武藤 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 橋本 OC(バルコアフィットネス) 13:00 15:00 橋本	SUP(リラックス&テクニク) 9:00 10:15 橋本 OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 伊藤 お散歩SUP 10:00 12:00 橋本 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 橋本 お散歩SUP 10:30 12:00 伊藤 OC(バルコアフィットネス) 13:00 15:00 橋本	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 橋本 スノーケル2 10:00 11:30 武藤 お散歩SUP 10:30 12:00 伊藤 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 橋本 OC(バルコアフィットネス) 13:00 15:00 橋本 ツアー-JOC6 expedition 9:00 11:30 橋本(離) ツアー-シーカヤックピクニックde焚火 10:00 15:00 折笠
MOUNTAIN				トレイルランニング2 9:00 10:30 伊藤	CORE RUN 9:00 10:00 橋本	Bare Footラン 9:00 10:15 金城みどり MTB入門 9:00 10:30 Shige トレイルランニング2 13:00 15:00 伊藤	トレイルランニング入門 9:00 10:15 伊藤 トレッキング&スラックライン 13:00 14:30 伊藤
	5	6	7	8	9	10	11
BEACH/STUDIO		ゆるめて流すyoga 9:00 10:15 Asca ヨガwzプロブス 10:45 12:00 yusuke BEACH HULA(フラ) 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH 9:00 10:15 橋本 ファンクショナルTRX 10:30 11:45 伊藤 Yin(陰)ヨガ 13:45 15:00 ria	ビラティス 9:00 10:15 shino BEACH WORKOUT 10:30 11:45 tan シヴァナンダヨガ 13:30 14:45 代行	アシュタンガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青本 ビラティス 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ 9:00 10:15 タルン BEACH FITNESS 10:30 11:45 タルン ビラティス 14:00 15:15 yusuke コンディショニング 15:30 16:15 伊藤	BEACHヨガ(自然との融合) 9:00 10:15 Mika アシュタンガヨガ ALL level 10:30 12:00 代行 BEACH HULA(フラ) 14:00 15:15 レイラニ Yin(陰)ヨガ 15:30 16:45 ria
OCEAN		SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	OC(入門/リラックス) 10:00 11:00 橋本 SUP入門 10:30 11:30 伊藤 OC(リラックス&テクニク) 11:00 12:30 橋本 SUP/バルコアフィットネス 13:30 15:30 橋本	SUPテクニク 10:30 12:00 橋本 お散歩SUP 13:00 14:30 伊藤 OC(バルコアフィットネス) 13:30 15:30 橋本	お散歩SUP 10:45 12:15 伊藤 ロングボードサーフィン2 13:30 15:00 伊藤	OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 橋本 OC(バルコアフィットネス) 13:00 15:00 橋本	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 石川マコ シーカヤック 10:00 12:00 橋本 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 石川マコ SUP/バルコアフィットネス 13:00 15:00 橋本 お散歩SUP 13:00 14:30 伊藤 レースBEACH CLIP #13 Presented by Shotz 9:00 12:00 橋本
MOUNTAIN		FLIN RUN葉山 9:00 10:00 伊藤	トレイルランニング入門 9:00 10:15 伊藤	トレイルランニング2 9:00 10:30 伊藤 スロージョギング(歩くよみに走ろう!) 10:45 12:00 環	CORE RUN 9:00 10:00 橋本	トレイルランニング3 9:00 12:00 伊藤 FUN/フルディック 13:00 14:15 橋本	CORE RUN 9:00 10:00 橋本
	12	13	14	15	16	17	18
BEACH/STUDIO	ビラティス on the BEACH 9:00 10:15 橋本 ファンクショナルTRX 10:30 11:45 伊藤 パワーフローヨガ 14:00 15:15 Asca		ビラティスon the BEACH 9:00 10:15 橋本 ファンクショナルTRX 10:30 11:45 伊藤 Yin(陰)ヨガ 13:45 15:00 ria	ビラティス 9:00 10:15 shino BEACH WORKOUT 10:30 11:45 tan シヴァナンダヨガ 13:30 14:45 代行	アシュタンガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青本 循環気功 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ 9:00 10:15 タルン BEACH FITNESS 10:30 11:45 タルン ビラティス 14:00 15:15 yusuke コンディショニング 15:30 16:15 伊藤	
OCEAN	スノーケル3 10:00 11:30 武藤 SUP入門 13:00 14:00 伊藤 スキングダイビング1 13:00 14:30 武藤 OC(バルコアフィットネス) 13:30 15:30 橋本 ツアー-JOC6 W Hull Expedition 10:30 12:30 橋本 ツアー-JRun&Spa(東道子統導) 14:30 18:00 伊藤	BEACH休館日	SUPテクニク 10:30 12:00 橋本 お散歩SUP 13:00 14:30 伊藤 OC(バルコアフィットネス) 13:30 15:30 橋本	お散歩SUP 10:45 12:15 伊藤 シトオンカヤック 13:30 15:00 伊藤	OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 橋本 OC(バルコアフィットネス) 13:00 15:00 橋本	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 石川マコ シーカヤック 9:00 10:15 橋本 SUP/バルコアフィットネス 10:30 12:00 伊藤 シトオンカヤック 10:30 12:00 橋本 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 石川マコ SUP/バルコアフィットネス 13:00 15:00 橋本 ツアー-SUP expedition one way down! 9:00 12:00 橋本	BEACH休館日
MOUNTAIN	トレイルランニング入門 9:00 10:00 伊藤 スロージョギング(歩くよみに走ろう!) 10:45 12:00 環		トレッキング(のんびりコース) 9:00 10:15 伊藤 Bare Footラン 9:00 10:15 金城みどり	トレイルランニング2 9:00 10:30 伊藤	CORE RUN 9:00 10:00 橋本	トレイルランニング入門 9:00 10:00 伊藤 Bare Footラン 9:00 10:15 金城みどり MTB(チャレンジ) 9:00 10:30 Shige フルディックウォーキング 13:00 14:15 橋本	
	19	20	21	22	23	24	25
BEACH/STUDIO					アシュタンガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青本 循環気功 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ 9:00 10:15 タルン BEACH FITNESS 10:30 11:45 タルン ビラティス 14:00 15:15 yusuke コンディショニング 15:30 16:15 伊藤	BEACHヨガ(自然との融合) 9:00 10:15 Mika アシュタンガヨガ ALL level 10:30 12:00 Satomi BEACH HULA(フラ) 14:00 15:15 レイラニ Yin(陰)ヨガ 15:30 16:45 ria
OCEAN	BEACH休館日	BEACH休館日	BEACH休館日	BEACH休館日	OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 橋本 OC(バルコアフィットネス) 13:00 15:00 橋本	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 橋本 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 橋本 SUPテクニク 10:30 12:00 橋本 SUP/バルコアフィットネス 13:00 15:00 橋本 シトオンカヤック 13:00 14:30 伊藤	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 橋本 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 橋本 SUP入門 11:00 12:00 伊藤 SUP/バルコアフィットネス 13:00 15:00 橋本 OC(リラックス&テクニク) 13:00 14:30 橋本
MOUNTAIN					CORE RUN 9:00 10:00 橋本 トレッキング ロング 9:00 12:00 みのり	MTB(アドバンス) 9:00 11:30 Shige トレイルランニング2 9:00 10:30 伊藤 レジャーニ道半端ハムアイニグ (HAMMAYAN) 9:00 15:00 みのり	トレイルランニング2 9:00 10:45 伊藤 トレッキング(のんびりコース) 10:00 12:00 橋本 アワードファンクショナルトレーニング 14:00 15:15 伊藤
	26	27	28				
BEACH/STUDIO		スローダウンヤサ 9:00 10:15 Maiko アーサナライメント 10:30 11:45 Maiko BEACH HULA(フラ) 15:00 16:15 伊藤(離)	ビラティスon the BEACH 9:00 10:15 橋本 Yin(陰)ヨガ 13:45 15:00 ria				
OCEAN		SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	スキングダイビング1 10:00 11:45 武藤 SUPテクニク 10:30 12:00 橋本 OC(バルコアフィットネス) 13:30 15:30 橋本				
MOUNTAIN		FLIN RUN葉山 9:00 10:00 伊藤	Bare Footラン 9:00 10:15 金城みどり ツアー-Trail de Tea Time(鎌倉天然トレッキング) 9:00 14:00 伊藤				

【注意点】
 ※全てのプログラムは変更、キャンセルされる場合がございます。お出かけ前にBEACH ProgramTwitter(https://twitter.com/eachprogram)の確認をお願いします。
 ※プログラムの参加予約は、Web予約システム(http://www.beachtown.co.jp/schedule/hayama)24時間可能、Eメール(yoyaku@each-hayama.com)またはフロント電話(046-854-046)にてご予約ください。
 ※プログラム予約のキャンセルは、前日17時までにWeb予約にて手続きをお願いいたします。前日17時以降のキャンセルは、フロントへ連絡願います。Eメール(yoyaku@each-hayama.com)でも受け付けます。
 ※シュノーケルセットのレンタルはございませんので各自でご用意ください。ご注文は、フロントにて承っております。
 ※ MOUNTAINプログラムに参加の方は、外置きシューズをご用意ください。その他、所持品の確認はフロントへ相談してください。