

BEACH葉山 プログラム 2018年3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 コンディショニング BEACH WORKOUT シヴァナンダヨガ	9:00 10:15 伊藤 9:00 10:15 植塚 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシュタングヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青木 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ビラティス コンディショニング	9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:15 伊藤	BEACHヨガ(自然との融合) アシュタングヨガ ALL level BEACH HULA(フラ) Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 Mika 10:30 12:00 Satori 14:00 15:15 レイラニ 15:30 16:45 ria		
OCEAN				お散歩SUP シトオンカヤック ロングボードサーフィン2	10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 13:00 14:30 伊藤	OC(リラックス&テクニク) OC(ベールコアフィットネス)	10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) RUN SWIM RUN OC(ベールコアフィットネス) お散歩SUP	9:00 10:00 石川マコト 10:30 12:00 石川マコト 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) LBI入門 お散歩SUP OC(ベールコアフィットネス)	9:00 10:00 柏木(種) 10:30 11:30 みゆり 10:30 12:00 伊藤 10:15 12:00 柏木(種)		
MOUNTAIN				トレイルランニング入門 【ツアー】二浦半島ハイクアップ(100m)用 **1	9:00 10:00 伊藤 9:00 15:00 みゆり	CORE RUN	9:00 10:00 柏木	MTB入門 Bare Footラン トレイルランニング2 【ツアー】SUP expedition one way down!	9:00 10:30 Shige 9:00 10:15 金城みどり 9:00 10:30 伊藤 9:00 12:00 柏木	トレイルランニング入門 アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:00 伊藤 13:00 14:15 伊藤		
	5	6	7	8	9	10	11						
BEACH/STUDIO		ゆるめて流すyoga ヨガwzプロブス BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Asca 10:45 12:00 yusuke 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 ria	ビラティス BEACH WORKOUT シヴァナンダヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシュタングヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青木 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ビラティス コンディショニング	9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:15 伊藤	BEACHヨガ(自然との融合) アシュタングヨガ ALL level BEACH HULA(フラ) Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 Mika 10:30 12:00 Satori 14:00 15:15 レイラニ 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) OC(リラックス&テクニク) OC(ベールコアフィットネス) お散歩SUP ロングボードサーフィン入門	9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 14:45 15:45 伊藤	SUPテックアップ お散歩SUP OC(ベールコアフィットネス)	10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 柏木	SUP入門 ロングボードサーフィン2	11:00 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤	OC(リラックス&テクニク) OC(ベールコアフィットネス)	10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) SUP(ベールコアフィットネス) SUPスノーケル レースBEACH CLIP #14 Presented by Shotz 【ツアー】OC6 expedition	9:00 10:00 石川マコト 10:30 12:00 石川マコト 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 9:00 11:00 柏木(種)	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) SUP入門 ロングボードサーフィン2 OC(リラックス&テクニク)	9:00 10:00 柏木 9:00 12:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 10:30 12:00 柏木
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	10:30 11:45 環	トレイルランニング入門 Bare Footラン	9:00 10:15 伊藤 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 柏木	MTB(チャレンジ) Bare Footラン トレイルランニング3	9:00 10:30 Shige 9:00 10:15 金城みどり 9:00 12:00 伊藤	スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:15 環 13:00 14:15 伊藤 14:30 15:45 伊藤
	12	13	14	15	16	17	18						
BEACH/STUDIO		スローヴァンササ アーサナアライメント BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Maiko 10:30 11:45 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 ria	ビラティス BEACH WORKOUT シヴァナンダヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシュタングヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青木 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ビラティス コンディショニング	9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:15 伊藤	BEACHヨガ(自然との融合) アシュタングヨガ ALL level BEACH HULA(フラ) Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 Mika 10:30 12:00 Satori 14:00 15:15 レイラニ 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) OC(リラックス&テクニク) SUP(ベールコアフィットネス) SUP入門	9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:00 伊藤	OC(リラックス&テクニク) お散歩SUP OC(ベールコアフィットネス)	10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 柏木	ロングボードサーフィン3 お散歩SUP シトオンカヤック	10:00 12:00 津田 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤	OC(リラックス&テクニク) OC(ベールコアフィットネス)	10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) オーシャンスイム シトオンカヤック OC(ベールコアフィットネス) 【ツアー】OC6 expedition(30K)	9:00 10:00 石川マコト 10:30 11:45 伊藤 10:30 12:00 石川マコト 13:30 15:30 柏木 9:00 12:00 柏木	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) ロングボードサーフィン3 シトオンカヤック シーカヤック 【ツアー】OC6 expedition	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 10:30 12:30 津田 10:30 12:30 津田 13:00 15:00 折笠 9:00 11:30 柏木(種)
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	10:30 11:45 環	トレッキング(のんびりコース) Bare Footラン	9:00 10:15 伊藤 9:00 10:15 金城みどり	トレイルランニング入門	9:00 10:00 伊藤	CORE RUN	9:00 10:00 柏木	トレイルランニング入門 MTB入門	9:00 10:00 伊藤 9:00 10:30 Shige	スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:00 伊藤 13:00 14:15 伊藤 14:30 17:10 伊藤
	19	20	21	22	23	24	25						
BEACH/STUDIO		ゆるめて流すyoga ヨガwzプロブス BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Asca 10:45 12:00 yusuke 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ 【イベント】JA IALAMA LUKUSHIUSAフィット ネス@葉山	9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 ria 16:00 17:30 生田洋介	ビラティス BEACH WORKOUT シヴァナンダヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシュタングヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青木 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ビラティス コンディショニング	9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:15 伊藤	BEACHヨガ(自然との融合) アシュタングヨガ ALL level BEACH HULA(フラ) Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 Mika 10:30 12:00 Satori 14:00 15:15 レイラニ 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) OC(リラックス&テクニク) OC(ベールコアフィットネス) お散歩SUP ロングボードサーフィン入門	9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 14:45 15:45 伊藤	OC(入門/リラックス) スノーケル3 SUPスノーケル OC(ベールコアフィットネス) 【ツアー】OC6 W HUI Expedition	9:00 10:00 伊藤 10:00 11:30 武藤 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 柏木 10:30 12:30 柏木	お散歩SUP シトオンカヤック	10:45 12:15 伊藤 10:30 15:00 伊藤	OC(リラックス&テクニク) OC(ベールコアフィットネス)	10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) RUN SWIM RUN SUP(ベールコアフィットネス) 【ツアー】JOC6 expedition(30K) 【ツアー】SURF expedition	9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 伊藤 8:00 17:00 渡辺隼	OC(入門/リラックス) お散歩SUP OC(ベールコアフィットネス) 【ツアー】JOC6 expedition(買約U) 【ツアー】JSEA KAYAK EXPEDITION三浦	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 9:00 15:00 折笠
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	10:30 11:45 環	トレッキング(のんびりコース) 【ツアー】Ride&Run@大楠山	10:00 11:30 みゆり 9:00 11:30 津田	トレイルランニング2	9:00 10:30 伊藤	CORE RUN スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:00 柏木 10:00 12:00 環	MTB(チャレンジ) トレイルランニング2	9:00 10:30 Shige 9:00 10:30 伊藤	アウトドアファンクショナルトレーニング トレッキング(のんびりコース) トレイルランニング2	13:00 14:15 伊藤 13:00 14:30 みゆり 14:30 16:00 伊藤
	26	27	28	29	30	31							
BEACH/STUDIO		スローヴァンササ アーサナアライメント BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Maiko 10:30 11:45 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 ria	ビラティス BEACH WORKOUT シヴァナンダヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシュタングヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青木 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ビラティス コンディショニング	9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:15 伊藤		
OCEAN	SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC(ベールコアフィットネス) SUP入門	9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:00 伊藤	スキングイベント1 SUPテックアップ お散歩SUP OC(ベールコアフィットネス)	10:00 11:30 武藤 10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 柏木	ロングボードサーフィン3 お散歩SUP シトオンカヤック 【ツアー】SKINDIVING EXPEDITION三浦	10:00 12:00 津田 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 9:00 16:00 武藤	OC(リラックス&テクニク) OC(ベールコアフィットネス)	10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) SUP入門 SUPテックアップ ロングボードサーフィン2 OC(リラックス&テクニク) オーシャンスイム入門 OC(ベールコアフィットネス)	9:00 10:00 石川マコト 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:30 柏木 10:45 12:15 柏木 10:30 12:00 石川マコト 10:30 11:30 伊藤 13:15 15:15 柏木		
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	10:30 11:45 環	【ツアー】トレイルランニング@大山	9:00 16:00 伊藤	トレイルランニング入門	9:00 10:00 伊藤	CORE RUN	9:00 10:00 柏木	MTB(アドバンス) トレイルランニング2	9:00 11:30 Shige 13:00 14:30 伊藤		

【注意】
 ※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)の確認をお勧めします。
 ※プログラムの参加予約は、Web予約システム(https://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(046-854-4046)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、外履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。