

BEACH葉山 プログラム 2018年 6月スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日							
	1	2	3	4	5	6	7							
BEACH/STUDIO					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 有本 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス コンディショニング	9:00 10:15 タルン 11:45 14:45 有本 15:15 yusuke 16:15 有本(※※※)	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	8:00 9:15 Mika 10:30 12:00 Satori 14:00 15:15 レイラニ 15:30 16:45 ria				
OCEAN					OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) SUPスノーケル OC/バルコアフィットネス	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木	スノーケル入門 スノーケル2 OC/バルコアフィットネス SUP SET OC(リラックス) 【ツアー】JOCスノーケル&スキングダイブ 【ツアー】JOC6 expedition	9:00 10:00 武藤 13:00 15:00 武藤 13:30 15:30 柏木 15:30 17:00 柏木 17:00 柏木(※※※) 11:00 柏木(※)	OC朝練 SUP入門 OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) お散歩SUP padding with competitors オーシャンスイム入門	7:00 8:30 柏木 9:00 10:15 折笠 10:15 11:45 折笠 12:00 13:00 伊藤 13:00 15:00 折笠 15:00 16:00 伊藤				
MOUNTAIN					CORE RUN トレッキング&スラックライン	9:00 10:00 柏木 13:30 15:00 伊藤	FUN RUN葉山 スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:15 柏木 13:00 14:15 覆	MTB入門 アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 Shige 13:00 14:15 伊藤				
	4	5	6	7	8	9	10							
BEACH/STUDIO		スローヨガinヤサ アササアライメント BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Maiko 10:30 11:45 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	ピラティス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	ピラティス BEACH WORKOUT シヴァナンドヨガ コンディショニング	9:00 10:15 有本(※※※) 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori 9:00 10:15 伊藤	アシュタングヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) ピラティス 循環気功 コンディショニング	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 有本 15:00 16:30 逆瀬川 15:30 17:00 伊藤	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 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	8:00 9:15 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) スノーケル入門 OC(リラックス&テクニク) スノーケル2 ロングボードサーフィン入門 OC/バルコアフィットネス	9:00 10:00 柏木 9:00 10:00 武藤 10:30 12:00 柏木 13:00 14:00 伊藤 13:00 15:00 柏木	SUP(リラックス&テクニク) シットオンカヤック OC/バルコアフィットネス	10:30 12:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 柏木	SUPスノーケル ロングボードサーフィン3 シットオンカヤック	10:30 12:00 伊藤 10:00 12:00 津田 13:00 14:30 伊藤	OC(リラックス&テクニク) スキングダイビング1 OC/バルコアフィットネス	10:30 12:00 柏木 10:00 12:00 武藤 13:00 15:00 柏木	OC朝練 SUPテクニク OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) お散歩SUP SUP/バルコアフィットネス	7:00 8:30 柏木 9:00 10:15 折笠 10:15 11:45 折笠 12:00 13:00 伊藤 13:00 15:00 折笠 15:00 16:00 柏木	お散歩SUP シットオンカヤック入門 オーシャンスイム シットオンカヤック ロングボードサーフィン入門 【レース】瀬南オーシャン/バジリングチャレンジ	9:00 10:30 伊藤 10:00 11:15 折笠 10:45 12:00 伊藤 13:00 15:00 折笠 14:45 15:45 伊藤 8:00 16:00 柏木
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) トレイルランニング入門	9:00 10:00 覆 14:30 15:30 伊藤	Bare Footラン トレッキング(ファットバーニングコース)	9:00 10:15 金城みどり 9:00 10:15 伊藤	トレッキング10K	9:00 12:00 みどり	CORE RUN 【ツアー】おてふアーム収縮ワーク(梅の実作り)	9:00 10:00 柏木 9:00 12:00 みどり	はじめてのトレッキング トレイルランニング2	9:00 10:15 伊藤 13:00 14:30 伊藤	MTB(チャレンジ) アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 Shige 13:00 14:15 伊藤	
	11	12	13	14	15	16	17							
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	ピラティス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	ピラティス BEACH WORKOUT シヴァナンドヨガ	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) ピラティス 循環気功 コンディショニング	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 有本 15:00 16:30 逆瀬川 15:30 17:00 伊藤	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 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	8:00 9:15 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~	SUP(リラックス&テクニク) SUP/バルコアフィットネス ロングボードサーフィン2	10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	【ツアー】JOCテクニク お散歩SUP OC/バ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	シットオンカヤック入門 ロングボードサーフィン3 シットオンカヤック ロングボードサーフィン2 シーカヤック	9:00 10:15 橋原 10:00 12:00 津田 10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:00 橋原	ロングボードサーフィン3 OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィットネス	10:00 12:00 津田 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) SUPテクニク スノーケル3 OC(リラックス&テクニク) SUP(リラックス&テクニク) オーシャンスイム OC/バルコアフィットネス スキングダイビング1	9:00 10:15 石川マコト 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:45 武藤 12:00 13:00 石川マコト 12:00 柏木 11:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 13:00 15:00 武藤	OC朝練 SUP入門 OC(入門/リラックス) RUN SWIM RUN OC(リラックス&テクニク) padding with competitors 【ツアー】ISEA KAYAK EXPEDITION三浦 【ツアー】JSRF expedition	7:00 8:30 柏木 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:30 伊藤 10:30 11:30 柏木 13:00 14:15 伊藤 7:00 18:00 渡辺
MOUNTAIN		FUN RUN葉山 FUNノルディック	9:00 10:00 柏木 15:00 16:00 伊藤	はじめてのトレッキング 【ツアー】三浦半島ハンテイング (MPH)	9:00 10:15 伊藤 9:00 15:00 みどり	トレイルランニング入門 トレッキング(歩くように走ろう!)	9:00 10:00 伊藤 13:00 14:15 覆	CORE RUN トレッキング10K トレッキング&スラックライン 【ツアー】里サイトトレイルランニング	9:00 10:00 柏木 9:00 12:00 みどり 13:00 14:30 伊藤 17:30 20:00 伊藤	トレイルランニング2 トレッキング10K トレッキング&スラックライン	9:00 10:30 伊藤 9:00 12:00 みどり 13:00 14:30 伊藤	MTB(チャレンジ) アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 Shige 14:30 15:45 伊藤	
	18	19	20	21	22	23	24							
BEACH/STUDIO		スローヨガinヤサ アササアライメント BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Maiko 10:30 11:45 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	ピラティス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	ピラティス BEACH WORKOUT シヴァナンドヨガ	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) ピラティス 循環気功 コンディショニング	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 有本 15:00 16:30 逆瀬川 15:30 17:00 伊藤	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 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	8:00 9:15 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/バルコアフィットネス スキングダイビング2 【ツアー】JOCスノーケル&スキングダイブ	9:00 10:00 柏木 13:00 15:00 柏木 10:30 12:00 武藤 10:30 12:00 柏木	SUP(リラックス&テクニク) SUP入門 OC/バルコアフィットネス	10:30 12:00 柏木 13:00 14:00 伊藤 13:30 15:30 柏木	シーカヤック ロングボードサーフィン3 【ツアー】JSUPピクニックde Seeding弁当 ロングボードサーフィン2	10:00 11:30 橋原 10:00 12:00 津田 11:00 12:30 伊藤 13:30 15:00 伊藤	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) お散歩SUP OC/バルコアフィットネス 【ツアー】与那国島・海底連絡スキングダイビング	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 0:00 武藤	OC(入門/リラックス) シットオンカヤック SUPスノーケル シーカヤック 【ツアー】アフリカリガーカーニ大島Crossing 【ツアー】与那国島・海底連絡スキングダイビング	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 折笠 13:00 14:30 伊藤 15:00 折笠 柏木 武藤	OC(入門/リラックス) シットオンカヤック SUPスノーケル シーカヤック 【ツアー】アフリカリガーカーニ大島Crossing 【ツアー】与那国島・海底連絡スキングダイビング 【講習会】今年はお茶オーシャンスイム初心者講習	9:00 10:00 石川マコト 9:00 10:15 折笠 10:45 12:00 伊藤 13:00 15:00 折笠 13:00 15:00 柏木 0:00 武藤 11:30 11:30 大貫純子
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:15 覆	Bare Footラン FUNノルディック	9:00 10:15 金城みどり 9:00 10:15 伊藤	トレイルランニング2 トレッキング(のんびりコース)	9:00 10:30 伊藤 13:00 14:30 橋原	CORE RUN 仙元山トレッキング	9:00 10:00 柏木 13:00 15:30 伊藤	トレイルランニング2 【ツアー】ナイトトレッキング@仙元山	10:30 12:00 伊藤 18:30 20:00 伊藤	MTB(チャレンジ) アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 Shige 13:00 14:15 伊藤	
	25	26	27	28	29	30	—							
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	ピラティス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	ピラティス BEACH WORKOUT シヴァナンドヨガ	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) ピラティス 循環気功 コンディショニング	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 有本 15:00 16:30 逆瀬川 15:30 17:00 伊藤	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 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	8:00 9:15 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~	SUP(リラックス&テクニク) ロングボードサーフィン2 SUP/バルコアフィットネス	10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィットネス	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:30 15:30 柏木	SUP入門 シットオンカヤック入門 シットオンカヤック ロングボードサーフィン2	9:00 10:00 伊藤 10:30 11:30 橋原 13:00 14:30 柏木 13:30 15:00 伊藤	OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィットネス お散歩SUP OC/バルコアフィットネス 【ツアー】JOCスノーケル&スキングダイビング	10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木	OC朝練 OC(入門/リラックス) SUPテクニク OC(リラックス&テクニク) ロングボードサーフィン2 RUN SWIM RUN SUPスノーケル SUP/バルコアフィットネス	7:00 8:30 柏木 9:00 10:15 石川マコト 9:00 10:15 折笠 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木	お散歩SUP シットオンカヤック オーシャンスイム padding with competitors 【ツアー】ISEA KAYAK EXPEDITION三浦 【ツアー】JSRF expedition	9:00 10:00 石川マコト 9:00 10:15 折笠 10:45 12:00 伊藤 13:00 15:00 折笠 13:00 15:00 柏木 0:00 武藤 11:30 11:30 大貫純子
MOUNTAIN		FUN RUN葉山 トレッキング(のんびりコース)	9:00 10:15 柏木 15:00 16:00 伊藤	トレイルランニング3	13:00 15:30 伊藤	スロージョギング(歩くように走ろう!) 仙元山トレッキング	9:00 10:15 覆 10:15 12:30 伊藤	CORE RUN 石川弘樹	9:00 10:00 柏木 10:15 12:30 伊藤	Bare Footラン トレイルランニング2	9:00 10:15 金城みどり 9:00 10:30 伊藤	MTB(チャレンジ) アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 Shige 13:00 14:15 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/beachprogram)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(https://www.beachtown.co.jp/schedule/hayama)24時間可能、Eメール(yoyaku@beach-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@beach-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さいませ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。