

BEACH葉山 プログラム 2018年11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 コンディショニング 9:00 10:00 伊藤 BEACH WORKOUT 10:30 11:45 tan シヴァナンダヨガ 13:30 14:45 Satori	アシュタガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青木 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 美ボディメイク 15:30 16:15 荒井裕二	BEACHヨガ(自然との融合) 9:00 10:15 Mika ビギナーズヨガAll Level 10:45 12:00 Satori BEACH HULA(フラ) 14:00 15:15 レイラニ Yin(陰)ヨガ 15:30 16:45 ria
OCEAN				「真冬の寒渾りのススメと対策」講座 10:00 10:30 武藤 スノーケル2 10:30 12:00 武藤 お散歩SUP 10:30 12:00 伊藤 ロングボードサーフィン入門 13:00 14:00 みのり	「真冬の寒渾りのススメと対策」講座 9:00 9:30 武藤 OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 柏木 スネンタイセン1 9:30 11:00 武藤 ロングボードサーフィン3 10:00 12:00 津田 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 OC(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木	お散歩SUP 10:30 12:00 伊藤 SUPスノーケル 13:00 14:30 伊藤 ロングボードサーフィン入門 15:00 16:00 伊藤 レース]13th HUKILAU CHALLENGE 7:00 15:00 柏木	SUP入門 9:00 10:00 伊藤 RUN SWIM RUN 10:30 11:30 伊藤 「真冬の寒渾りのススメと対策」講座 13:00 13:30 武藤 スノーケル&テクニク1 13:30 15:00 武藤 SUPスノーケル 14:45 15:30 伊藤 レース]13th HUKILAU CHALLENGE 7:00 15:00 柏木
MOUNTAIN				トレイルランニング2 13:00 14:30 伊藤	ロングスロージョギング 9:30 11:30 環	トレイルランニング入門 9:00 10:00 伊藤	MTB入門 9:00 10:00 Shige アウトドアファンクショナルトレーニング 13:00 14:15 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 柏木 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 Satori	アシュタガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青木 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 ビギナーズヨガAll Level 10:45 12:00 tomomi 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) 9:00 10:00 柏木 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 お散歩SUP 13:00 14:30 伊藤 OC(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 伊藤 シットオンカヤック入門 13:00 14:00 伊藤 OC(バルコアフィートネス) 13:30 15:30 柏木 【ツアー】OCフッシング(観約り) 10:15 12:15 柏木	SUPスノーケル 10:30 12:00 伊藤 SUP(リラックス&テクニク) 13:00 14:30 伊藤	SUP(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 お散歩SUP 10:30 12:00 伊藤 ロングボードサーフィン2 13:00 14:30 伊藤	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 伊藤 シットオンカヤック入門 9:00 10:00 折笠 OC(リラックス&テクニク) 9:30 12:00 伊藤 シットオンカヤック 10:30 12:00 折笠 シーカヤック 13:00 15:00 折笠 お散歩SUP 14:45 15:30 伊藤
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:00 10:15 環	Bare Footラン 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	スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:00 10:15 環	MTB(チャレンジ) 9:00 10:30 Shige アウトドアファンクショナルトレーニング 13:00 14:15 伊藤
	12	13	14	15	16	17	18
BEACH/STUDIO		スローヴィンヤサ 9:00 10:15 Maiko アーサナアライメント 10:30 11:45 Maiko BEACH HULA(フラ) 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH 9:00 10:15 柏木 ファンクショナルTRX 10:30 11:45 橋原 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 Satori	アシュタガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青木 循環気功 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ 9:00 10:15 Asca BEACH FITNESS 10:30 11:45 伊藤(伊藤) ビラティス 14:00 15:15 yusuke 美ボディメイク 15:30 16:15 荒井裕二	BEACHヨガ(自然との融合) 9:00 10:15 Mika ビギナーズヨガAll Level 10:45 12:00 Satori 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~	SUP入門 9:00 10:00 柏木 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 スノーケル2 13:00 14:30 伊藤 SUP(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木 ロングボードサーフィン入門 13:00 14:00 伊藤	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 橋原 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 シットオンカヤック 13:00 14:30 橋原 OC(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木	LB1入門 9:00 10:00 みのり SUP入門 11:00 12:00 伊藤 ロングボードサーフィン2 13:00 14:30 みのり	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 柏木 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 OC(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木	SUP入門 9:00 10:00 伊藤 OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 石川マコ SUPテクニク 10:30 12:00 柏木 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 石川マコ SUP(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木 【ツアー】OC expedition 9:00 11:00 柏木(観)
MOUNTAIN		FUN RUN葉山 9:00 10:00 伊藤	トレッキング(のんびりコース) 9:00 10:30 みのり	トレイルランニング入門 9:00 10:00 津田	スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:00 10:15 環 【ツアー】三浦半島ハイク(MPH)レモン狩り! 9:00 15:00 みのり	Bare Footラン 9:00 10:15 金城みどり 【ツアー】RUN訓練(NavyバーガーHunting) 9:00 14:30 伊藤	MTB入門 9:00 10:30 Shige アウトドアファンクショナルトレーニング 13:00 14:15 伊藤
	19	20	21	22	23	24	25
BEACH/STUDIO		スローヴィンヤサ 9:00 10:15 Maiko アーサナアライメント 10:30 11:45 Maiko BEACH HULA(フラ) 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH 9:00 10:15 柏木 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 Satori	美ボディメイク 9:00 10:15 荒井裕二 アシュタガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青木 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 美ボディメイク 14:00 15:15 荒井裕二 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 ビギナーズヨガAll Level 10:45 12:00 Satori 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) 9:00 10:00 柏木 OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 ロングボードサーフィン2 13:00 14:30 伊藤 OC(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 橋原 SUP(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 伊藤 シーカヤック 13:00 15:00 橋原 スノーケル2 13:00 14:30 伊藤 【ツアー】SUPピクニック de Sweets 10:30 12:00 柏木	LB1入門 9:00 10:00 みのり SUP入門 9:00 10:15 伊藤 ロングボードサーフィン3 10:00 12:00 津田 お散歩SUP 10:30 12:00 伊藤	OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 伊藤 SUP(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 伊藤 ロングボードサーフィン2 10:00 11:30 みのり 【ツアー】OC&SUP遠征for羅山SEA DAYS 7:00 18:00 柏木	SUPテクニク 9:00 10:30 柏木 OC(入門/リラックス) 9:00 10:00 石川マコ OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 石川マコ padding with competitors 10:30 12:00 伊藤 【ツアー】SURF expedition 7:00 17:00 津田 【ツアー】OCフッシング(観約り) 10:15 12:15 柏木
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:00 10:15 環 【ツアー】トレイルランニング@清見高原 6:00 18:00 津田	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	トレイルランニング2 13:00 14:30 伊藤	トレイルランニング2 13:00 14:30 伊藤 スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:00 10:15 環	トレッキング10K 9:00 12:00 みのり Bare Footラン 9:00 10:15 金城みどり 【イベント】KIDSトレイルラン&ウォーク 9:00 10:00 伊藤	MTB(アドベン) 9:00 11:00 Shige アウトドアファンクショナルトレーニング 13:00 14:15 伊藤
	26	27	28	29	30		
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 柏木 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 Satori	アシュタガヨガ ALL level 10:15 11:30 tomomi TAI-CHI(太極拳) 13:30 14:45 青木 循環気功 15:00 16:30 逆瀬川		
OCEAN		SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	SUP入門 9:00 10:00 柏木 SUP(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 シットオンカヤック 13:00 14:30 伊藤 SUP(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木	OC(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 SUP(リラックス&テクニク) 13:00 15:00 柏木	ロングボードサーフィン入門 9:00 10:00 伊藤 SUP(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 伊藤 【ツアー】レディースSURF TRIP 8:30 16:00 みのり	SUP入門 9:00 10:00 柏木 SUP(リラックス&テクニク) 10:30 12:00 柏木 SUP(バルコアフィートネス) 13:00 15:00 柏木	
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:00 10:15 環	FUN/ルディック 9:00 10:00 伊藤	トレッキング(ファットバーニングコース) 13:00 14:30 伊藤	スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:00 10:15 環 トレッキング10K 9:00 12:00 みのり		

【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)またはメール(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@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。