

BEACH葉山 プログラム 2019年 2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 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) ビギナーズヨガ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					シットオンカヤック入門 スノーケル2 OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스)	9:30 10:45 チャイ 10:00 11:30 武藤 10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 柏木	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트니스	9:15 10:15 伊藤 10:30 12:00 石川マコト 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 9:00 12:00 柏木	OC(入門/リラックス) お散歩SUP スキューバビギン1 LB1入門 OC(リラックス&テクニク) オアシヤスイム入門 padding with competitors	9:15 10:15 柏木 9:15 10:45 伊藤 10:00 11:30 武藤 10:00 11:00 みのり 10:30 12:00 柏木 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木				
MOUNTAIN					CORE RUN	9:00 10:00 柏木	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2	9:15 10:30 環 13:00 15:00 伊藤	MTB入門 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&スラックライン	9:00 10:30 Shige 13:00 14:15 伊藤 14:30 15:45 伊藤				
	4	5	6	7	8	9	10							
BEACH/STUDIO		目覚めて驚が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 有本 15:00 16:30 逆瀬川 15:30 16:45 荒井裕二	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 美ボディメイク	9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:45 荒井裕二	BEACHヨガ(自然との融合) ビギナーズヨガ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(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스) お散歩SUP	10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	SUP入門 OC(リラックス&テクニク) お散歩SUP OC(バルコアフィ트니스)	9:15 10:15 伊藤 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 SUP入門 お散歩SUP	10:00 12:00 津田 11:00 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤	SUP(リラックス&テクニク) SUP/バルコアフィ트니스	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(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스(weekender)) SUPスノーケル	9:15 10:15 柏木 10:30 12:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 13:00 14:15 伊藤	SUP入門 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2 シットオンカヤック入門	9:15 10:15 伊藤 8:30 9:30 柏木 10:30 12:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:00 みのり 10:30 12:00 チャイ
MOUNTAIN		FLIN RUN葉山	9:00 10:15 柏木	Bare Footラン トレッキング1OK	9:00 10:15 金城みどり 9:00 12:00 みのり	トレイルランニング2 スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:30 伊藤 9:15 10:30 環	CORE RUN 【ツアー】三浦半島ハンティング(MPH)イデオグザ!	9:00 10:00 柏木 9:00 15:00 みのり	Bare Footラン トレイルランニング入門 【ツアー】Run&Spaサウナ(夜登録道)	9:00 10:15 金城みどり 9:00 10:00 伊藤 15:00 18:00 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	
	11	12	13	14	15	16	17							
BEACH/STUDIO	ピラティス on the BEACH 目覚めて驚がyoga 美ボディメイク	9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 Asca 13:30 15:00 荒井裕二	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 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 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) ビギナーズヨガ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	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) padding with competitors お散歩SUP	9:15 10:15 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:30 15:00 伊藤	SUPテクニク ロングボードサーフィン2 SUP/バルコアフィ트니스	10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木	シットオンカヤック入門 お散歩SUP ロングボードサーフィン2	10:00 11:15 チャイ 10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	LB1入門 OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스)	10:00 11:15 みのり 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) SUP(リラックス&テクニク) RUN SWIM RUN OCロングディスタンス シットオンカヤック SUP/バルコアフィ트니스	9:15 10:15 柏木 10:30 12:00 柏木 11:00 12:00 伊藤 10:30 12:00 石川マコト 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木	BEACH休館日			
MOUNTAIN	トレッキング1OK トレイルランニング2	9:00 12:00 みのり 10:30 12:00 伊藤	トレッキング(のみんみりコース)	9:00 10:15 伊藤	トレイルランニング入門 トレッキング1OK	9:00 10:00 伊藤 9:00 12:00 みのり	CORE RUN 【ツアー】トレイルランニング(距離別:SD/Long/ShortDistance)	9:00 10:00 柏木 7:00 17:00 津田	トレイルランニング入門	9:00 10:15 伊藤	MTB(チャレンジ)	9:00 10:30 Shige 13:00 14:15 伊藤		
	18	19	20	21	22	23	24							
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 美ボディメイク	9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:45 荒井裕二	BEACHヨガ(自然との融合) ビギナーズヨガ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	BEACH休館日	BEACH休館日	BEACH休館日	BEACH休館日	シットオンカヤック入門 SUPテクニク SUP/バルコアフィ트니스	10:00 11:15 チャイ 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	LB1入門 OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스)	10:00 11:15 みのり 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) ロングボードサーフィン3 SUP入門 OC(リラックス&テクニク) お散歩SUP OC(バルコアフィ트니스(weekender))	9:15 10:15 柏木 9:30 12:00 津田 9:30 10:30 伊藤 10:30 12:30 石川マコト 10:45 12:15 伊藤 13:00 15:00 柏木	BEACH休館日			
MOUNTAIN					CORE RUN	9:00 10:00 柏木	Bare Footラン トレイルランニング3	9:00 10:15 金城みどり 13:30 15:30 伊藤	MTB(アドベンチャー) アウトドアファンクショナルトレーニング トレイルランニング2	9:00 11:30 Shige 13:00 14:15 伊藤 14:30 16:00 伊藤				
	25	26	27	28	—	—	—							
BEACH/STUDIO		スロージョギング アーサナライメント BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Maiko 10:45 12:00 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 シヴァナンダヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori							
OCEAN	SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	SUP入門 スノーケル2 SUP(リラックス&テクニク) SUP/バルコアフィ트니스 ロングボードサーフィン2 【ツアー】南台湾SURF TRIP	9:00 10:00 柏木 10:00 11:30 武藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 15:00 伊藤 10:00 津田	OC(入門/リラックス) シットオンカヤック OC(バルコアフィ트니스) SUPスノーケル 【ツアー】南台湾SURF TRIP	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 津田	お散歩SUP SUP(リラックス&テクニク)	10:45 12:15 伊藤 13:30 15:00 伊藤	お散歩SUP SUP(リラックス&テクニク)	10:45 12:15 伊藤 13:30 15:00 伊藤	津田	津田			
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:15 11:30 環	Bare Footラン	9:00 10:15 金城みどり	FUN/ルディック トレイルランニング2	9:00 10:00 チャイ 9:00 10:30 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。