

BEACH葉山 プログラム 2019年 10月スケジュール

	月 一	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6
BEACH/STUDIO		目覚めて驚がるyoga ヨガwzプロダス BEACH HULA(アラ) 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	アシュタンガヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環氣功 10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青本 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 16:45 逆瀬川	BEACHヨガ(自然との融合) ビギナーズヨガAll Level BEACH HULA(アラ) Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 Mika 10:45 12:00 伊藤(伊藤) 14:00 15:15 レイラニ 15:30 16:45 ria
OCEAN		OCスイム&スノーケル(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス) ロングボードサーフィン2 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	OC(リラックス&テクニク) SUPスノーケル OC(バルコアフィートネス) 9:00 10:00 柏木 10:30 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木	ロングボードサーフィン3 お散歩SUP SUP(リラックス&テクニク) 10:00 12:00 津田 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤	SUP(リラックス&テクニク) SUP(バルコアフィートネス) 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OC朝練 OC(入門/リラックス) SUP(リラックス&テクニク) OC(リラックス&テクニク) SUP(バルコアフィートネス) 7:00 8:30 柏木 9:00 10:00 石川マコ 9:00 10:30 柏木 10:30 12:00 石川マコ 13:00 15:00 柏木	お散歩OC(入門/リラックス) スノーケル2 OC(リラックス&テクニク) スキングダイビング1 9:00 10:00 柏木 9:30 11:00 代行(フジ) 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 代行(フジ)
MOUNTAIN		FUN/ルディック 13:00 14:15 みゆ	トレイルランニング入門 9:00 10:00 伊藤	トレッキング(ファットバーニングコース) 9:00 10:15 伊藤	CORE RUN 9:00 10:00 柏木	トレッキング(ファットバーニングコース) 10:45 12:00 柏木	トレッキング&スラックライン 13:00 15:00 柏木
	7	8	9	10	11	12	13
BEACH/STUDIO		スローヴィンヤサ アーサナライメント BEACH HULA(アラ) 9:00 10:15 Maiko 10:45 12:00 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	美ホディーメイク ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ 9:00 10:00 荒井裕二 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 14:00 15:15 伊藤	アシュタンガヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環氣功 10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青本 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 17:30	BEACHヨガ(自然との融合) ビギナーズヨガAll Level BEACH HULA(アラ) Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 Mika 10:45 12:00 代行(オカリ) 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入門 カナProのサーフィンレッスン SUP(リラックス&テクニク) SUP(バルコアフィートネス) お散歩SUP 9:00 10:00 柏木 10:00 11:30 カナコ 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	お散歩OC(入門/リラックス) お散歩SUP OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス) 9:00 10:00 柏木 9:00 10:15 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	ロングボードサーフィン入門 スノーケル2 SUP(リラックス&テクニク) 9:00 10:00 みゆ 10:45 12:15 伊藤 13:00 14:30 伊藤	OCスイム&スノーケル(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス) 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	カナProのサーフィンレッスン OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) LB1入門 シットオンカヤック 9:00 10:30 カナコ 9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 11:00 12:00 みゆ 11:00 12:00 伊藤	SUP朝練 OC(入門/リラックス) OCスノーケル OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス(weekender)) シットオンカヤック 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:30 伊藤 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 9:00 12:00 柏木
MOUNTAIN		トレッキング10K 9:00 12:00 みゆ	Bare Footラン トレイルランニング2 9:00 10:15 金城みどり 13:00 14:30 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(歩くように走ろう!) 9:15 10:30 環	Bare Footラン トレッキング&スラックライン 9:00 10:15 金城みどり 15:00 16:30 伊藤	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
	14	15	16	17	18	19	20
BEACH/STUDIO			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	アシュタンガヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環氣功 10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青本 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(アラ) Yin(陰)ヨガ 8:00 9:15 Mika 10:45 12:00 伊藤(伊藤) 14:00 15:15 レイラニ 15:30 16:45 ria
OCEAN	【イベント】秋のBEACHマーケットDAY	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス) SUPスノーケル 9:00 10:00 柏木 10:45 12:00 柏木 13:30 15:30 柏木 13:00 15:00 柏木	お散歩OC(入門/リラックス) お散歩SUP OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス) 9:00 10:00 柏木 9:00 10:15 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	シットオンカヤック SUPスノーケル 【ツアー】レディースSURF TRIP 10:30 11:00 伊藤 13:00 14:30 柏木 9:00 15:00 みゆ	カナProのサーフィンレッスン OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス) 9:00 11:00 カナコ 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	OCスイム&スノーケル(入門/リラックス) OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) LB1入門 シットオンカヤック 9:00 10:15 柏木 10:30 12:00 柏木 10:30 12:00 石川マコ 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 7:00 17:00 津田	シットオンカヤック お散歩SUP OCスイム&スノーケル(入門/リラックス) SUPロングディスタンス シーカヤック 9:00 10:30 折笠 9:00 10:15 伊藤 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 伊藤 13:00 15:00 折笠
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:15 10:30 環	トレッキング(ファットバーニングコース) 9:00 10:15 伊藤	トレイルランニング2 9:00 10:15 伊藤	FUN RUN葉山 9:00 10:15 柏木	トレイルランニング2 9:00 10:30 伊藤	MTB(チャレンジ) トレッキング10K 9:00 10:30 Shige 9:00 12:00 みゆ
	21	22	23	24	25	26	27
BEACH/STUDIO		スローヴィンヤサ アーサナライメント BEACH HULA(アラ) 9:00 10:15 Maiko 10:45 12:00 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	美ホディーメイク ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ 9:00 10:00 荒井裕二 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 14:00 15:15 伊藤	アシュタンガヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環氣功 10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青本 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 15:00 18:00	BEACHヨガ(自然との融合) ビギナーズヨガAll Level BEACH HULA(アラ) Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 Mika 10:45 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~	お散歩OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス) SUPスノーケル 9:00 10:00 柏木 10:45 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	OCスイム&スノーケル(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) スノーケル2 OC(バルコアフィートネス) 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木	ロングボードサーフィン3 SUPスノーケル ロングボードサーフィン2 10:00 12:00 津田 9:30 11:30 武藤 13:00 14:30 伊藤	SUP入門 スノーケル3 SUP(リラックス&テクニク) SUP(バルコアフィートネス) 9:00 10:00 柏木 9:30 11:30 武藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	スキングダイビング1 OC(入門/リラックス) ロングボードサーフィン2 LB1入門 OC(リラックス&テクニク) オアシススイム入門 お散歩SUP 9:00 11:00 武藤 9:00 10:00 石川マコ 9:00 10:30 伊藤 10:00 11:30 みゆ 10:30 12:00 石川マコ 11:00 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤	OC(入門/リラックス) ロングボードサーフィン入門 OC(リラックス&テクニク) SUPロングディスタンス ツアー-JSEA KAYAK EXPEDITION三浦 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:00 みのり 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 伊藤 9:00 15:00 折笠
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:15 10:30 環	ルディックウォーキング 【ツアー】三浦半島ハイク(MPH) かんぽ! 9:00 10:15 伊藤 9:00 15:00 みゆ	はじめてのトレッキング 9:00 10:15 伊藤	スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:15 10:30 環	Bare Footラン 9:00 10:15 金城みどり	MTB(アドバンス) トレイルランニング2 9:00 11:30 Shige 9:00 10:30 津田
	28	29	30	31			
BEACH/STUDIO		目覚めて驚がるyoga ヨガwzプロダス BEACH HULA(アラ) 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	POP Pilates 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~	お散歩SUP カナProのサーフィンレッスン SUP(リラックス&テクニク) SUP(バルコアフィートネス) シットオンカヤック 9:00 10:15 柏木 10:00 11:30 カナコ 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	お散歩OC(入門/リラックス) ロングボードサーフィン入門 OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィートネス) 9:00 10:00 柏木 9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	シットオンカヤック入門 シットオンカヤック お散歩SUP 9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤			
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) 9:15 12:15 環	Bare Footラン トレイルランニング入門 9:00 10:15 金城みどり 13:00 14:15 伊藤	はじめてのトレッキング 9:00 10:15 みゆ			

【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.jp/schedule/hayama)24時間可能、Eメール(yoyaku@beach-hayama.com)またはFAX(046-845-4046)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。