2025 年　1 月　プログラムスケジュール

※ 営業時間：8:00～18:00 ※ プログラムのご参加はWeb予約システム（http://www.beachtown.co.jp/schedule/hayama）　または E-mail（yoyaku@beach-hayama.com）　お電話（046-854-4046）にてご予約ください ※ E-mail、お電話でのご予約は前日18時までにお願い致します。Web予約システムは24時間ご予約可能です。

	月	火	水	木	金	土	日
	-	-	1	2	3	4	5
BEACH/STUDIO							
EVENT							
OCEAN		休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日
EVENT							
MOUNTAIN							
EVENT							
	6	7	8	9	10	11	12
BEACH/STUDIO		ストローヴィンヤサ　9:00 - 10:15 Naoko アーサナアライメント　10:45 - 12:00 Naoko BEACH HULA　14:00 - 15:15 レイコ	指導ライフセービング一般開放パワフーションで強度UP　9:00 - 10:00 nobue ファンクショナルTRX　10:45 - 12:00 休講(お休み) 冬の陽3月　13:45 - 15:00 nobue	機能的な骨格を育てるピラティス　9:00 - 10:15 miyara BEACH WORKOUT　10:30 - 11:45 tan パワーインテンシング　13:45 - 14:45 裕人	TRX でリディーム・ブ & ストレッチ　9:00 - 10:00 星詩 POWERFUL vinyasa yoga　10:30 - 11:45 Naoko TAI-CHI（太極拳）　13:30 - 14:45 梅木 瞑想気功　15:00 - 16:30 逆瀬川		BEACH太鼓（自然との鼓動）　9:00 - 10:15 Mike BEACH HULA　10:30 - 11:45 レイコ [パピー]アニマルムーブメント　13:30 - 14:45 kojito Yin(陰) 3月　15:30 - 16:45 nobue
EVENT						[神奈]安全訓練室　10:00 - 12:00 BEACH [イベント]2025 BEACH 志部3年新年会　12:00 - 15:00 BEACH	
OCEAN	休 館 日	エンガボードヨーフィン2　10:30 - 12:00 おかもん 湘み湾&海岸を起数歩SUP（入門／リラックス）　10:45 - 12:00 yu	OC（Meditation Paddling）　9:00 - 10:15 Hiroko OC Keep Paddling（60min）　10:30 - 12:00 Hiroko	スキンダイビング2（ファンダイブ）　10:00 - 12:00 武藤 湘み湾&海岸を起数歩SUP（入門／リラックス）　10:30 - 11:45 梅林 エンガボードヨーフィン入門　11:00 - 12:15 星詩 SUP DEEP TECHNIC　13:00 - 14:30 星詩	はじめてみよう![Ocean surfski]　10:30 - 12:00 星詩 海に遊ぼう![Ocean surfski]　13:00 - 15:00 星詩 スキンダイビング1（基礎&スキルアップ）　13:30 - 15:00 裕人		エンガボードヨーフィン入門　9:00 - 10:15 星詩 paddling with competitors　9:00 - 10:30 KUGA OC Keep Paddling（60min）　9:00 - 10:30 Hiroko スキンダイビング2（ファンダイブ）　10:00 - 11:30 裕人 エンガボードヨーフィン2　10:45 - 12:15 星詩 ホムプ(ほおほお)お散歩OC（入門／リラックス）　11:00 - 12:00 Hiroko 湘み湾&海岸を起数歩SUP（入門／リラックス）　11:00 - 12:00 KUGA SUP(ヲルコ)エクササイズ　13:00 - 15:00 星詩
EVENT							
MOUNTAIN		冬を楽しむ鎌山バイキング&トレッキング　9:00 - 10:15 yu わくわくルディックエクササイズ　13:00 - 15:00 かつら	歩り込歩くトレイルランニング　10:30 - 12:00 ちえこ	山の恵りの贈こトトレイルランニング（flow）　9:00 - 10:15 星詩 軽装縦断！三浦縦トレッキング　10:30 - 12:00 裕人	冬を楽しむ鎌山バイキング&トレッキング　9:00 - 10:15 yu はじめてのトレイルランニング 1 Q&A(入門)　10:30 - 12:00 裕人		ろんるんFUN,ルディック（slow flow）　10:45 - 12:00 yu 鎌山アーベンチャートレイルラン 3　13:30 - 15:30 裕人
EVENT			[イベント]お正月特別企画 三浦七福神巡りRUN　9:00 - 17:00 裕人	[イベント]新春鎌倉朝散歩 - 朝飯食べて朝減しよう!!　7:00 - 12:00 唯			[イベント]SUNSET BEACH de ほこり焚き火　15:30 - 17:00 星詩
	13	14	15	16	17	18	19
BEACH/STUDIO	2025 アーサナチャレンジ あんなポーズやこんなポーズ　10:30 - 11:45 nobue [パピー]乗ってみようハワイアンウクレレ　13:00 - 14:15 Hiroko		指導ライフセービング一般開放パワフーションで強度UP　9:00 - 10:00 nobue ファンクショナルTRX　10:45 - 12:00 裕人 冬の陽3月　13:45 - 15:00 nobue	機能的な骨格を育てるピラティス　9:00 - 10:15 miyara BEACH WORKOUT　10:30 - 11:45 tan ～動像～"体態脳環"でコリ方や動態の解想　13:30 - 14:45 yusuke パンテンシング　13:45 - 14:45 休講(お休み)	TRX でリディーム・ブ & ストレッチ　9:00 - 10:00 星詩 POWERFUL vinyasa yoga　10:30 - 11:45 Naoko TAI-CHI（太極拳）　13:30 - 14:45 梅木 瞑想気功　15:00 - 16:30 逆瀬川	プラウッシYoga with 骨格コンディショニング　9:00 - 10:15 nobue ファンクショナルTRX　10:45 - 12:00 裕人 ピラティス　14:00 - 15:15 yusuke パンテンシング　15:30 - 16:30 裕人	BEACH太鼓（自然との鼓動）　9:00 - 10:15 Mike BEACH HULA　10:30 - 11:45 レイコ ～動像～"体態脳環"でコリ方や動態の解想　13:30 - 15:00 yusuke Yin(陰) 3月　15:30 - 16:45 nobue
EVENT							
OCEAN	[パピー]paddling with competitors(with NSP-ON'S Friend)　10:00 - 12:00 星詩	休 館 日	スキンダイビング1（基礎&スキルアップ）　9:00 - 11:00 ガミ OC（Meditation Paddling）　10:30 - 11:45 Hiroko エンガボードヨーフィン2　10:30 - 12:00 星詩 OCパドルエアフィットネス　13:00 - 15:00 星詩	湘み湾&海岸を起数歩SUP（入門／リラックス）　10:30 - 11:45 梅林 エンガボードヨーフィン2　10:30 - 12:00 星詩 お散歩SUP（スノーケル）　13:00 - 14:15 星詩	スノーケル入門　10:00 - 12:00 Rie 海に遊ぼう![Ocean surfski]　10:30 - 12:00 星詩 海に遊ぼう![Ocean surfski]　13:00 - 15:00 星詩 スキンダイビング2（ファンダイブ）　13:30 - 15:30 裕人	paddling with competitors　9:00 - 10:30 TATSUKI OC Keep Paddling（60min）　9:00 - 10:30 だいやわ エンガボードヨーフィン入門　9:15 - 10:30 星詩 スキンダイビング2（ファンダイブ）　10:00 - 12:00 武藤 SUP DEEP TECHNIC　10:45 - 12:15 星詩 ホムプ(ほおほお)お散歩OC（入門／リラックス）　11:00 - 12:00 だいやわ 湘み湾&海岸を起数歩SUP（入門／リラックス）　11:00 - 12:15 TATSUKI エンガボードヨーフィン2　13:00 - 14:30 裕人 OCパドルエアフィットネス（weekender）　13:00 - 15:00 星詩	OC Keep Paddling（60min）　9:00 - 10:15 かつら SUP（リラックスヤニック）　9:00 - 10:15 梅林 エンガボードヨーフィン2　9:00 - 10:30 星詩 ホムプ(ほおほお)お散歩OC（入門／リラックス）　10:45 - 11:45 かつら SUP DEEP TECHNIC　10:45 - 12:15 梅林 ホムプ(ほおほお)お散歩OC（入門／リラックス）　11:00 - 12:00 だいやわ エンガボードヨーフィン入門　10:45 - 12:00 星詩 [パピー]paddling with competitors(with NSP-ON'S Friend)　13:00 - 15:00 星詩 スキンダイビング1（基礎&スキルアップ）　14:00 - 15:30 裕人
EVENT	[パピー]レンタルデー（SUP,longboard,etc）　9:00 - 17:00 BEACH		[イベント]おかもんサーフトリップ@南房　9:00 - 12:00 おかもん				
MOUNTAIN	[パピー]MTB入門　9:00 - 10:30 Shige [パピー]MTB(チャレンジ)　13:00 - 14:30 Shige	歩り込歩くトレイルランニング ～三浦アルプス1.5cmチャレンジ～　10:00 - 13:30 ちえこ 時快トレイルランニング 2　13:00 - 14:30 裕人	冬を楽しむ鎌山バイキング&トレッキング　9:00 - 10:15 星詩 元気戸でる鎌地山トレッキング　10:00 - 12:30 裕人	ルディックウォーキング with ambie　9:00 - 10:15 yu 時快トレイルランニング 2　10:00 - 12:30 裕人		パパピー]はじめてのトレイルランニング 1 Q&A(入門)　9:00 - 10:30 裕人 ルディックウォーキング with ambie　10:45 - 12:00 yu	冬の鎌山のお楽しみトレッキング(vol.1～上はゴン見立ておこフローッチング&ろんFUNウォーク　9:15 - 11:45 唯 わくわくルディックエクササイズ　10:30 - 12:00 裕人
EVENT					[イベント] 新春七福神ぼの参拝式　8:30 - 16:00 かつら / 唯		
	20	21	22	23	24	25	26
BEACH/STUDIO		ストローヴィンヤサ　9:00 - 10:15 Naoko アーサナアライメント　10:45 - 12:00 Naoko BEACH HULA　14:00 - 15:15 レイコ	指導ライフセービング一般開放パワフーションで強度UP　9:00 - 10:00 nobue [パピー]乗ってみようハワイアンウクレレ　10:45 - 12:00 Hiroko ファンクショナルTRX　10:45 - 12:00 休講(お休み) 冬の陽3月　13:45 - 15:00 nobue	POP PILATES　9:00 - 10:15 shino BEACH WORKOUT　10:30 - 11:45 tan パンテンシング　13:45 - 14:45 裕人	TRX でリディーム・ブ & ストレッチ　9:00 - 10:00 星詩 POWERFUL vinyasa yoga　10:30 - 11:45 Naoko TAI-CHI（太極拳）　13:30 - 14:45 梅木 瞑想気功　15:00 - 16:30 逆瀬川	朝ふいなヴァンダーガ　9:00 - 10:15 nobue [パピー]YOGA FOR SURF　10:45 - 12:00 Satori ファンクショナルTRX　10:45 - 12:00 休講(お休み) ピラティス　14:00 - 15:15 yusuke パンテンシング　15:30 - 16:30 裕人	BEACH太鼓（自然との鼓動）　9:00 - 10:15 Mike BEACH HULA　10:30 - 11:45 レイコ [パピー]アニマルムーブメント　13:30 - 14:45 kojito Yin(陰) 3月　15:30 - 16:45 nobue
EVENT							
OCEAN	休 館 日	お散歩SUP (スノーケル)　10:30 - 11:45 yu エンガボードヨーフィン2　10:30 - 12:00 おかもん	エンガボードヨーフィン入門　10:30 - 11:45 星詩 ホムプ(ほおほお)お散歩OC（入門／リラックス）　10:30 - 11:45 梅林 OCパドルエアフィットネス　13:00 - 15:00 星詩	スキンダイビング1（基礎&スキルアップ）　10:00 - 12:00 Rie 湘み湾&海岸を起数歩SUP（入門／リラックス）　10:30 - 11:45 梅林 [パピー]はじめてのスノーケル・スキンダイビング指導　11:00 - 12:00 裕人 ちえこのトライで時快SUPフィットネス　13:00 - 14:30 星詩	はじめてみよう![Ocean surfski]　10:30 - 12:00 星詩 スキンダイビング2（ファンダイブ）　13:00 - 15:00 星詩 海に遊ぼう![Ocean surfski]　13:00 - 15:00 星詩	エンガボードヨーフィン入門　9:00 - 10:15 星詩 OC Keep Paddling（120min）　9:00 - 11:00 だいやわ paddling with competitors　9:15 - 10:30 TATSUKI エンガボードヨーフィン2　10:30 - 12:00 裕人 海に遊ぼう![Ocean surfski]　10:45 - 12:15 星詩 SUP（リラックスヤニック）　11:00 - 12:00 TATSUKI ホムプ(ほおほお)お散歩OC（入門／リラックス）　11:15 - 12:15 だいやわ OCパドルエアフィットネス（weekender）　13:00 - 15:00 星詩	SUP DEEP TECHNIC　9:00 - 10:30 KUGA エンガボードヨーフィン2　9:00 - 10:30 星詩 OC Keep Paddling（60min）　9:00 - 10:30 Hiroko エンガボードヨーフィン2　10:45 - 12:15 KUGA ホムプ(ほおほお)お散歩OC（入門／リラックス）　11:00 - 12:00 Hiroko SUP（リラックスヤニック）　11:00 - 12:15 星詩 [パピー]はじめてのスノーケル・スキンダイビング指導　13:00 - 14:00 裕人 [パピー]paddling with competitors(with NSP-ON'S Friend)　13:00 - 15:00 星詩 スノーケル入門　14:15 - 15:30 裕人
EVENT		[イベント]SURF TRIP WZ 台子2Pro　9:00 - 12:00 台子					
MOUNTAIN		だきのクリーンアップ始め+指定をまこう わくわくルディックエクササイズ　9:15 - 11:15 唯 13:00 - 15:00 かつら	山の恵りの贈こトトレイルランニング（flow）　9:00 - 10:15 星詩	山の恵りの贈こトトレイルランニング（flow）　9:00 - 10:15 星詩 冬の鎌山のお楽しみトレッキングvol.2～1041ロォーキング～　13:00 - 16:00 唯	ろんるんFUN,ルディック（slow flow）　9:00 - 10:15 yu 時快トレイルランニング 2　10:30 - 12:00 裕人	来館経験！三浦縦トレッキング はじめてのトレイルランニング 1 Q&A(入門)　9:00 - 10:30 yu 13:00 - 14:30 裕人	[パピー]MTB入門　9:00 - 10:30 Shige わくわくルディックエクササイズ　9:30 - 11:00 yu [パピー]Trail Running with competitors for 平塚台　10:00 - 12:00 裕人 [パピー]MTB(チャレンジ)　13:00 - 14:30 Shige
EVENT		[イベント]BEACH SKI TRIP in 館岩&白浜 はさだい杯 初級コース　6:30 - 20:00 岡屋	[イベント]BEACH SKI TRIP in 福州県/九 中級コース　6:30 - 20:00 岡屋		[イベント]SUNSET BEACH de ほこり焚き火　15:30 - 17:00 星詩		
	27	28	29	30	31	-	-
BEACH/STUDIO		ピラティス　9:00 - 10:15 yusuke [ヨガ]ベーシックフロア2　10:45 - 12:00 yusuke BEACH HULA　14:00 - 15:15 レイコ	朝ふいなヴァンダーガ　9:00 - 10:15 nobue ファンクショナルTRX　10:45 - 12:00 裕人 冬の陽3月　13:45 - 15:00 nobue	機能的な骨格を育てるピラティス　9:00 - 10:15 miyara BEACH WORKOUT　10:30 - 11:45 tan ダンシング3月 ALL level　13:45 - 14:45 tomomi パンテンシング　13:45 - 14:45 休講(お休み)	TRX でリディーム・ブ & ストレッチ　9:00 - 10:00 星詩 POWERFUL vinyasa yoga　10:30 - 11:45 Naoko TAI-CHI（太極拳）　13:30 - 14:45 梅木 瞑想気功　15:00 - 16:30 逆瀬川			
EVENT							
OCEAN	休 館 日	湘み湾&海岸を起数歩SUP（入門／リラックス）　10:30 - 11:45 yu	ホムプ(ほおほお)お散歩OC（入門／リラックス）　10:30 - 12:00 Hiroko エンガボードヨーフィン2　10:30 - 12:00 星詩 OCパドルエアフィットネス　13:00 - 15:00 星詩	スキンダイビング2（ファンダイブ）　10:00 - 12:00 裕人 湘み湾&海岸を起数歩SUP（入門／リラックス）　10:30 - 11:45 梅林 エンガボードヨーフィン2　10:30 - 12:00 星詩	TECHNIQUE!!! Ocean surfski]　10:30 - 12:00 星詩 海に遊ぼう![Ocean surfski]　13:00 - 15:00 星詩 スキンダイビング1（基礎&スキルアップ）　13:30 - 15:00 裕人		
EVENT			[イベント]おかもんサーフトリップ@南房　9:00 - 12:00 おかもん				
MOUNTAIN		冬を楽しむ鎌山バイキング&トレッキング　9:00 - 10:30 岡屋 岡屋と走ろう!!スレいトレン　10:45 - 12:15 岡屋	RUN Nordic（slow jog）　9:00 - 10:15 星詩 元気戸でる鎌地山トレイルランニング　13:00 - 14:30 裕人	ろんるんFUN,ルディック（slow flow）　9:00 - 10:15 星詩 午後の三浦トレッキング　13:00 - 15:00 星詩	冬の鎌山のお楽しみトレッキングvol.3～鎌山から子供へ～　9:15 - 11:45 唯 [パピー]Trail Running with competitors for 平塚台　10:00 - 12:00 裕人		
EVENT							
	月	火	水	木	金	土	日