

BEACH葉山 プログラム 5月スケジュール

	日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	7	
BEACH STUDIO	BEACHヨガ(自然との融合) アシックスヨガハーフブライマー 10:30 - 12:00 Satori	9:00 - 10:15 TAMAO 10:30 - 12:00 Satori	アシスタンゴヨガ ALL Level SUNSET BEACH HULA(フラ) 14:00 - 15:30 Anheba	ピラティス 9:00 - 10:15 shiro BBQ/パーティー	シヴァナンダヨガ 9:15 - 10:30 Saton BBQ/パーティー 13:00 - 16:00	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:15 - 10:30 tomons ビラティス～ベビーヤルバージン～ 14:30 - 16:00 小糸	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:00 - 10:30 coyuki ビラティス～ベビーヤルバージン～ 15:00 - 16:15 Anheba リフレッシュストレッチ 14:00 - 14:45 山岸	
OCEAN	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(フィットネス) ロングボードサーフィン2 10:45 - 12:00 今村/船木 13:00 - 14:00 真野 13:00 - 14:15 真野 10:00 - 10:30 ARATA	10:30 - 12:00 今村/船木 10:45 - 12:00 今村/船木 13:00 - 14:00 真野 10:45 - 12:00 真野	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(フィットネス) アトリガーカー(トライアル/リラックス) ロングボードサーフィン1 10:45 - 12:00 真野	BEACH-Hガッタ SUPアド 13:00 - 14:00 船木 アトリガーカー(トライアル) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:15 真野	9:00 - 12:00 船木/船木 SUPアド 13:00 - 14:00 船木 アトリガーカー(トライアル) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:15 真野	FAMILY～アトリガーカー FAMILY～鶴の親戚 SUPアド入門 9:30 - 10:30 山岸	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(フィットネス) アトリガーカー(トライアル/リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:00 船木 アトリガーカー(トライアル) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:15 真野	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(フィットネス) アトリガーカー(トライアル/リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:00 船木 アトリガーカー(トライアル) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:15 真野 IN OUT (SWIM) 15:00 - 16:00 今村
MOUNTAIN	ACOSTIC CAFE!一生に1枚のボードを♪ 18:30 - 19:30 川崎通	ACOSTIC CAFE!道子、葉山～と書～ 19:45 - 20:30 内之浦	ACOSTIC CAFE!WATER MANJ 19:00 - 20:00 <small>※毎日</small>	ACOSTIC CAFE! OCEAN LEGEND J 19:00 - 20:00 DUKE	9:00 - 11:30 武田 9:00 - 12:00 八木	FAMILY～ハイタクシング～ HALF DAYレッスン(大熊山レッスン)	ノルディックウォーキング葉山 11:00 - 12:00 山岸	
LIFESAVING	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 今村	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 今村	
	8	9	10	11	12	13	14	
BEACH STUDIO	BEACHヨガ(自然との融合) アシスタンゴヨガハーフブライマー ビヨコニグリヨガスクエアストレッチ 10:30 - 12:00 Satori 14:00 - 17:00 YOSHI	9:00 - 10:15 TAMAO 10:30 - 12:00 Satori 14:00 - 15:30 Anheba	アツサラ(IP)YOGA(ビギナー) アツサラ(IP)YOGA SUNSET BEACH HULA(フラ) 14:00 - 15:30 Anheba	ピラティス 9:00 - 10:15 shiro ベルビス(骨盤のストレッチ) 14:15 - 15:15 松原	シヴァナンダヨガ 9:15 - 10:30 Saton BEACH WORKOUT 15:00 - 16:15 tan	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:15 - 10:30 tomons TAI-CHI(太極拳) 14:30 - 15:30 真野 福澤実功 15:30 - 16:30 近藤川	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:30 - 11:00 coyuki アシストピラティス 16:30 - 17:45 YOSHIMA	
OCEAN	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(フィットネス) アトリガーカー(トライアル/リラックス) 10:30 - 12:00 今村/船木 13:00 - 14:00 船木 SUPアド入門 10:45 - 12:00 真野 13:00 - 16:30 ARATA	9:00 - 10:00 今村/船木 10:30 - 12:00 今村/船木 13:00 - 14:00 船木 ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 山岸	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(フィットネス) ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 山岸	アトリガーカー(トライアル/リラックス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	9:00 - 10:30 船木/船木 SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(フィットネス) ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 山岸	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(フィットネス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 アトリガーカー(トライアル) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 アトリガーカー(トライアル) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 ロングボードサーフィン2 15:00 - 16:15 真野/船木 ロングボードサーフィン2 15:00 - 16:30 今村	
MOUNTAIN	ハイタクシング～ヨシダ葉山 10:00 - 11:00 内之浦 武田 はいじてや山ヨガin矢島岳	ハイタクシング～ヨシダ葉山 10:30 - 11:30 八木	ハイタクシング～ ハイタクシングビギナー	ショートトレッキング(フィットネス) ハイタクシングアドバンス葉山 9:00 - 11:30 今村	ショートトレッキング 9:00 - 11:30 今村	ショートトレッキング(フィットネス) HALF DAYレッスン(大熊山レッスン)	ノルディックウォーキング葉山 11:00 - 12:00 山岸	
LIFESAVING	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 今村	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 今村	
	15	16	17	18	19	20	21	
BEACH STUDIO	BEACHヨガ(自然との融合) アシスタンゴヨガハーフブライマー ビヨコニグリヨガ 10:30 - 12:00 Satori 14:45 - 17:00 Reco	9:00 - 10:15 TAMAO 10:30 - 12:00 Satori 14:45 - 17:00 Reco	アツサラ(IP)YOGA(ビギナー) アツサラ(IP)YOGA SUNSET BEACH HULA(フラ) 14:00 - 15:30 Anheba	ピラティス 9:00 - 10:15 shiro ベルビス(骨盤のストレッチ) 14:15 - 15:15 松原	シヴァナンダヨガ 9:15 - 10:30 Saton BEACH WORKOUT 14:30 - 15:45 MAM 福澤実功 15:30 - 16:30 近藤川	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:15 - 10:30 tomons TAI-CHI(太極拳) 14:30 - 15:30 真野 福澤実功 15:30 - 16:30 近藤川	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:30 - 11:00 coyuki アシストピラティス 16:30 - 17:45 YOSHIMA	
OCEAN	アトリガーカー(フィットネス) アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(リラックス) 10:30 - 12:00 今村/船木 13:00 - 14:00 今村/船木 SUPアド入門 11:00 - 12:00 真野/山岸	9:00 - 10:00 今村/船木 10:30 - 12:30 船木 13:00 - 12:30 山岸 12:30 - 13:30 真野/山岸	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 真野/山岸	アトリガーカー(フィットネス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 真野/山岸	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 EASY OVER NIGHT CAMP!	
MOUNTAIN	ハイタクシング～スタート ハイタクシング～ビギナー ^{葉山の小道散策～} ショートトレッキング～葉山の小道散策～	9:00 - 10:30 八木 11:00 - 13:00 八木 14:15 - 15:30 Reco	ハイタクシング～ ハイタクシングビギナーロング	ショートトレッキング(フィットネス) ハイタクシングビギナーロング 9:00 - 11:30 今村	ショートトレッキング(フィットネス) ハイタクシングビギナーロング 9:00 - 11:30 今村	ショートトレッキング(フィットネス) スラックライン道場 13:00 - 14:35 船木	ハイタクシングスタート ハイタクシングビギナー ^{マウンテンハイク(入門オフロード)} マウンテンハイク(大熊山レッスン)	
LIFESAVING	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 今村	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	BOARD PADDLING 13:30 - 14:30 今村	RUN SWIM RUN 15:00 - 16:00 今村	
	22	23	24	25	26	27	28	
BEACH STUDIO	BEACHヨガ(自然との融合) アシスタンゴヨガハーフブライマー ビヨコニグリヨガ 10:30 - 12:00 Satori 14:45 - 17:00 Reco	9:00 - 10:15 TAMAO 10:30 - 12:00 Satori 14:45 - 17:00 Reco	SUNSET BEACH HULA(フラ) 14:00 - 15:30 Anheba	ピラティス 9:00 - 10:15 shiro ベルビス(骨盤のストレッチ) 14:15 - 15:15 松原	シヴァナンダヨガ 9:15 - 10:30 Saton BEACH WORKOUT 15:00 - 16:15 tan 福澤実功 15:30 - 16:30 近藤川	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:15 - 10:30 tomons TAI-CHI(太極拳) 14:30 - 15:30 真野 福澤実功 15:30 - 16:30 近藤川	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:30 - 11:00 coyuki アシストピラティス 16:30 - 17:45 YOSHIMA	
OCEAN	アトリガーカー(フィットネス) アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(リラックス) 10:30 - 12:00 今村/船木 13:00 - 14:00 今村/船木 SUPアド入門 11:00 - 12:00 真野/山岸 EAZY OVER NIGHT CAMP!	9:00 - 10:30 船木 11:00 - 12:00 船木 13:00 - 14:00 船木 SUPアド 11:00 - 12:00 真野/山岸 今村 ARATA	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 真野/山岸	アトリガーカー(フィットネス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 真野/山岸	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 EASY OVER NIGHT CAMP!
MOUNTAIN	ショートトレッキング～ファジマ～ 14:15 - 15:30 Reco 武田 芳賀	9:00 - 10:30 八木 11:00 - 13:00 八木 14:15 - 15:30 Reco	ハイタクシング～ ハイタクシングビギナー ^{葉山の小道散策～} ショートトレッキング～葉山の小道散策～	ショートトレッキング(フィットネス) ハイタクシングビギナーロング 9:00 - 11:30 今村	ショートトレッキング(フィットネス) ハイタクシングビギナーロング 9:00 - 11:30 今村	ショートトレッキング(フィットネス) スラックライン道場 13:00 - 14:35 船木	ハイタクシング～ ハイタクシングビギナー ^{マウンテンハイク(入門オフロード)} マウンテンハイク(大熊山レッスン)	
LIFESAVING	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 今村	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	BOARD PADDLING 13:30 - 14:30 今村	RUN SWIM RUN 15:00 - 16:00 今村	
	29	30	31					
BEACH STUDIO	TAI-CHI(太極拳) アシスタンゴヨガハーフブライマー ビヨコニグリヨガ 10:30 - 12:00 Satori 14:45 - 17:00 Reco	9:00 - 10:15 TAMAO 10:30 - 12:00 Satori 14:45 - 17:00 Reco	アツサラ(IP)YOGA(ビギナー) アツサラ(IP)YOGA SUNSET BEACH HULA(フラ) 14:00 - 15:30 Anheba	ピラティス 9:00 - 10:15 shiro ベルビス(骨盤のストレッチ) 14:15 - 15:15 松原	シヴァナンダヨガ 9:15 - 10:30 Saton BEACH WORKOUT 15:00 - 16:15 tan 福澤実功 15:30 - 16:30 近藤川	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:15 - 10:30 tomons TAI-CHI(太極拳) 14:30 - 15:30 真野 福澤実功 15:30 - 16:30 近藤川	アシスタンゴヨガ ALL Level 9:30 - 11:00 coyuki アシストピラティス 16:30 - 17:45 YOSHIMA	
OCEAN	アトリガーカー(フィットネス) アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(リラックス) 10:30 - 12:00 今村/船木 13:00 - 14:00 今村/船木 SUPアド入門 11:00 - 12:00 真野/山岸 今村 ARATA	9:00 - 10:30 船木 11:00 - 12:00 船木 13:00 - 14:00 船木 SUPアド 11:00 - 12:00 真野/山岸 今村 ARATA	アトリガーカー(トライアル/リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 真野/山岸	アトリガーカー(フィットネス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) SUPアド 13:00 - 14:00 今村 SUPアド入門 14:00 - 15:30 今村	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン2 12:30 - 13:30 真野/山岸	アトリガーカー(リラックス) アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 アトリガーカー(リラックス) ロングボードサーフィン1 13:00 - 14:30 船木 EASY OVER NIGHT CAMP!
MOUNTAIN	ショートトレッキング～真名古コース～ 14:15 - 15:30 Reco 武田 芳賀	9:00 - 10:30 八木 11:00 - 13:00 八木 14:15 - 16:00 武田	ハイタクシング～ ハイタクシングビギナー ^{葉山の小道散策～} ショートトレッキング～葉山の小道散策～	ショートトレッキング(フィットネス) ハイタクシングビギナーロング 9:00 - 11:30 今村	ショートトレッキング(フィットネス) ハイタクシングビギナーロング 9:00 - 11:30 今村	ショートトレッキング(フィットネス) スラックライン道場 13:00 - 14:35 船木	ハイタクシング～ ハイタクシングビギナー ^{マウンテンハイク(入門オフロード)} マウンテンハイク(大熊山レッスン)	
LIFESAVING	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 今村	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	RUN SWIM RUN 7:30 - 8:30 真野	BOARD PADDLING 13:30 - 14:30 今村	RUN SWIM RUN 15:00 - 16:00 今村	

【注意】

* お気楽～のご参加はWeb予約システム(<http://www.beachtown.co.jp/schedule/hayama>)、またはEメール(yoyaku@beach-hayama.com)、お電話(046-854-4046)にてご予約ください。

* Eメール、お電話での予約は前日18時までにご予約ください。Web予約システムは24時間ご予約可能です。

* 雨天、悪天候などにより、プログラムが中止の際には、ボルダリング大会や各種講習会を実施します。詳しくは当日のインフォメーションをご確認下さい。

* 「アシスタンゴヨガ マンツールクラス」は基本的に主練習です。必要に応じてインストラクターがアシストします。時間内は自由集合/解散です。初めての方は開始時間にお集まりください。練習方法をレクチャーします。

* 「SURF expedition」とは、サーフボードを持って、シンプルな冒険～進路を行なうプログラムです。担当:ARATA