

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が(自然との融合) アシュタガヨガ ハーフアライマリー | | アシュタガヨガ ALL Level SUNSET BEACH HULA(フラ) | ピラティス | シグナダヨガ BBQバーナー | アシュタガヨガ ALL Level ピラティス+スベシャルバージョン | アシュタガヨガ ALL Level SUNSET BEACH HULA(フラ) リゾーツスタイル |
| | 9:00 - 10:15 TAMAGO 10:30 - 12:00 Satomi | レンタルDAY | 9:00 - 10:15 MAMI 14:00 - 15:30 Anuha | 9:00 - 10:15 shino | 9:15 - 10:30 Satomi 13:00 16:00 | 9:15 - 10:30 tomomi 14:30 16:00 小堀 | 9:00 - 10:30 coyuki 15:00 - 16:15 Anuha 16:00 16:45 山岸 |
| OCEAN | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) ロングボードサーフィン② ロングボードサーフィン入門① BEACH CLEAN SURF Expedition 1DAY レベル1 | レンタルDAY | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) ロングボードサーフィン② 10:45 - 12:00 奥野 | BEACHレガッタ SUP入門 アクリリカーカヌー(トライアル) SUP入門 13:00 14:15 奥野 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) SUP入門 9:00 - 12:00 奥野/山岸 10:30 - 12:00 奥野 9:30 - 10:30 山岸 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) SUP入門 9:00 - 10:00 奥野/山岸 10:30 - 12:00 奥野 10:45 - 12:00 奥野 15:00 - 16:15 奥野 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) SUP入門 9:00 - 10:00 奥野/山岸 10:30 - 12:00 奥野 10:45 - 12:00 奥野 15:00 - 16:15 奥野 |
| | 9:00 - 10:00 船木 10:30 - 12:00 船木 10:45 - 12:00 奥野 13:00 - 14:15 奥野 10:00 - 10:30 ARATA | ACOSTIC CAFE「一生に1枚のボードを」 18:30 - 19:30 川瀬 | ACOSTIC CAFE「一生に1枚のボードを」 19:45 - 20:30 奥野 | ACOSTIC CAFE「WATER MAN」 19:00 20:00 奥野 | ACOSTIC CAFE「OCEAN LEGEND」 19:00 20:00 DUKE | | ACOSTIC CAFE「バタニアの建設、維持」 18:00 20:00 辻井 |
| MOUNTAIN | ノルディックウォーキング葉山 はじめての山道が失敗者 | 武田 | トレイルランニング スタート トレイルランニング ビナー | トレイルランニング(フォットネス) トレイルランニング(フォットネス)葉山 | FAMILY-トレイルランニング HALF DATB(大巻) | ノルディックウォーキング葉山 11:00 - 12:00 山岸 | トレイルランニング スタート トレイルランニング ビナー トレイルランニング(フォットネス) 9:00 - 11:30 奥野 |
| | 18:00 - 19:00 奥野/山岸 10:00 - 12:00 Satomi 武田 | | 9:00 - 10:30 八木 11:00 - 13:00 八木 | 9:00 - 10:30 武田 9:00 - 12:00 八木 | 9:00 - 10:30 Satomi 15:00 - 16:15 tan | 11:00 - 12:00 山岸 | 9:00 - 10:30 八木 11:00 - 13:00 奥野 9:00 - 11:30 奥野 |
| LIFESAVING | RUN SWIM RUN | | RUN SWIM RUN | RUN SWIM RUN | RUN SWIM RUN | RUN SWIM RUN | RUN SWIM RUN |
| BEACH/STUDIO | BEACHが(自然との融合) アシュタガヨガ ハーフアライマリー ビーチヨガ | | アササ(SPY)YOGA(ビナーズ) アササ(SPY)YOGA SUNSET BEACH HULA(フラ) | ピラティス ベレビス(骨盤のストレッチ) | シグナダヨガ BEACH WORKOUT | アシュタガヨガ ALL Level TAI-CHI(大巻) | アシュタガヨガ ALL Level アスリートピラティス |
| | 9:00 - 10:15 TAMAGO 10:30 - 12:00 Satomi 14:00 17:00 YOSS | | 9:00 - 10:15 Toshi 10:30 - 11:45 Toshi 14:00 - 15:30 Anuha | 9:00 - 10:15 shino 14:15 - 15:15 松原 | 9:15 - 10:30 Satomi 10:45 - 12:00 tan 14:30 - 15:45 MAMI | 9:15 - 10:30 tomomi 10:45 - 12:00 藤田 14:00 - 15:15 Htomi 15:30 - 16:30 速瀬川 | 9:30 - 11:00 coyuki 16:30 - 17:45 TAKENAWA |
| OCEAN | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) ロングボードサーフィン② SUP入門 SURF Expedition 1DAY レベル2 | SMILE アクティブエイジング ~ 浜の外へ ~ | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) ロングボードサーフィン② 12:30 - 13:30 山崎 | アクリリカーカヌー(ワックス) SUP入門 SUP入門 14:00 15:30 今村 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) SUP入門 10:30 - 13:30 奥野/山岸 12:30 - 13:30 今村 15:00 - 16:00 今村 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) ロングボードサーフィン入門① 15:00 - 16:30 今村 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) ロングボードサーフィン入門① 9:00 - 10:00 船木 10:30 - 11:30 船木 13:00 - 14:30 船木 14:00 - 15:30 奥野/他 9:00 - 12:00 今村 |
| | 9:00 - 10:00 船木 10:30 - 12:00 船木 13:00 - 14:00 船木 11:00 - 12:00 奥野/山岸 15:00 - 16:30 奥野 ARATA | | 11:30 - 12:30 船木 11:30 - 12:30 山崎 12:30 - 13:30 山崎 | 10:30 - 13:30 奥野/山岸 12:30 - 13:30 今村 14:00 15:30 今村 | 9:00 - 10:30 船木 11:00 - 12:30 船木 15:00 - 16:00 船木 | | 9:00 - 10:00 船木 10:30 - 11:30 船木 13:00 - 14:30 船木 14:00 - 15:30 奥野/他 9:00 - 12:00 今村 |
| MOUNTAIN | トレイルランニング スタート トレイルランニング ビナー ショートトレッキング-葉山の小道散策- | | トレイルランニング(奥取山) トレイルランニング ビナー-ロング | トレイルランニング(フォットネス) トレイルランニング(フォットネス) | トレイルランニング(フォットネス) トレイルランニング(フォットネス) | スラックライン-準備 13:00 - 13:45 船木 | トレイルランニング スタート トレイルランニング ビナー マウンテンバイク(入門-オフロード) HALF DATB(大巻) |
| | 9:00 - 10:30 八木 11:00 - 13:00 八木 14:15 - 15:30 Rieco | | 8:00 - 12:00 丸山 9:00 - 11:30 今村 | 8:30 - 10:00 武田 | 8:30 - 10:00 武田 | 13:00 - 13:45 船木 | 9:00 - 10:30 船木 11:00 - 13:00 船木 13:00 - 14:30 YUKI 武田 |
| LIFESAVING | RUN SWIM RUN | | | | BOARD PADDLING | 13:30 - 14:30 今村 | RUN SWIM RUN |
| BEACH/STUDIO | BEACHが(自然との融合) アシュタガヨガ ハーフアライマリー ワックスヨガ | | アササ(SPY)YOGA(ビナーズ) アササ(SPY)YOGA SUNSET BEACH HULA(フラ) | ピラティス ベレビス(骨盤のストレッチ) | シグナダヨガ BEACH WORKOUT | アシュタガヨガ ALL Level TAI-CHI(大巻) | アシュタガヨガ ALL Level SUNSET BEACH HULA(フラ) アスリートピラティス |
| | 9:00 - 10:15 TAMAGO 10:30 - 12:00 Satomi 15:45 - 17:00 Rieco | | 9:00 - 10:15 Toshi 10:30 - 11:45 Toshi 14:00 - 15:30 Anuha | 9:00 - 10:15 shino 14:15 - 15:15 松原 | 9:15 - 10:30 Satomi 10:45 - 12:00 tan 14:30 - 15:45 MAMI | 9:15 - 10:30 tomomi 10:45 - 12:00 藤田 14:00 - 15:15 Htomi 15:30 - 16:30 速瀬川 | 9:30 - 11:00 coyuki 16:30 - 17:45 TAKENAWA |
| OCEAN | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) SUP入門 EASY OVER NIGHT CAMP | SMILE アクティブエイジング ~ 浜の外へ ~ | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) ロングボードサーフィン② 12:30 - 13:30 山崎 | アクリリカーカヌー(ワックス) SUP入門 SUP入門 14:00 15:30 今村 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) SUP入門 10:30 - 13:30 奥野/山岸 12:30 - 13:30 今村 15:00 - 16:00 船木 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) SUP入門 9:00 - 10:00 船木 10:30 - 11:30 船木 15:00 - 16:00 船木 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) SUP入門 9:15 - 10:15 船木 11:00 - 12:00 船木 13:00 - 14:30 船木 12:00 - 13:30 奥野/他 14:00 - 15:30 奥野/他 9:00 - 10:30 奥野/他 ARATA EASY OVER NIGHT CAMP 今村 |
| | 9:00 - 10:30 船木 11:00 - 12:00 船木 13:00 - 14:00 船木 11:00 - 12:00 奥野/山岸 今村 | | 11:30 - 12:30 船木 11:30 - 12:30 山崎 12:30 - 13:30 山崎 | 10:30 - 13:30 奥野/山岸 14:00 15:30 今村 | 9:00 - 10:30 船木 11:00 - 12:30 船木 15:00 - 16:00 船木 | | 9:15 - 10:15 船木 11:00 - 12:00 船木 13:00 - 14:30 船木 12:00 - 13:30 奥野/他 14:00 - 15:30 奥野/他 9:00 - 10:30 奥野/他 ARATA EASY OVER NIGHT CAMP 今村 |
| MOUNTAIN | ショートトレッキング-バリエーション 山道 2DAYツアー-大巻 西沢トレイルランニングツアー-アハレン | | アウトドアアクティビティ(奥取山) トレイルランニング ビナー-ロング | アウトドアアクティビティ(奥取山) トレイルランニング(フォットネス) | ショートトレッキング(フォットネス) ショートトレッキング(フォットネス) | スラックライン-準備 13:00 - 13:45 船木 | トレイルランニング スタート トレイルランニング ビナー-ロング ノルディックウォーキング葉山 ショートトレッキング(フォットネス)6時間 15:30 - 18:00 武田 |
| | 14:15 - 15:30 Rieco 11:00 - 12:00 奥野 7:00 - 16:00 武田 | | 8:00 - 12:00 丸山 9:00 - 11:30 今村 | 8:30 - 10:00 武田 | 8:30 - 10:00 武田 | 13:00 - 13:45 船木 | 9:00 - 13:00 八木/他 10:00 - 11:30 奥野 15:30 - 18:00 武田 |
| LIFESAVING | | | | | BOARD PADDLING | 13:30 - 14:30 今村 | |
| BEACH/STUDIO | BEACHが(自然との融合) アシュタガヨガ ハーフアライマリー ワックスヨガ | | SUNSET BEACH HULA(フラ) | ピラティス ベレビス(骨盤のストレッチ) | シグナダヨガ BEACH WORKOUT | アシュタガヨガ ALL Level TAI-CHI(大巻) | SUNSET BEACH HULA(フラ) アスリートピラティス |
| | 9:00 - 10:15 TAMAGO 10:30 - 12:00 Satomi 15:45 - 17:00 Rieco | | 14:00 - 15:30 Anuha | 9:00 - 10:15 shino 14:15 - 15:15 松原 | 9:15 - 10:30 Satomi 10:45 - 12:00 tan 14:30 - 15:45 MAMI | 9:15 - 10:30 tomomi 10:45 - 12:00 藤田 14:00 - 15:15 Htomi 15:30 - 16:30 速瀬川 | 15:00 - 16:15 Anuha 16:30 - 17:45 TAKENAWA |
| OCEAN | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) SUP入門 EASY OVER NIGHT CAMP | SMILE アクティブエイジング ~ 浜の外へ ~ | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) ロングボードサーフィン② 12:30 - 13:30 山崎 | アクリリカーカヌー(ワックス) SUP入門 SUP入門 14:00 15:30 今村 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) SUP入門 10:30 - 13:30 奥野/山岸 12:30 - 13:30 今村 15:00 - 16:00 船木 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) SUP入門 9:00 - 10:00 船木 10:30 - 11:30 船木 15:00 - 16:00 船木 | アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(ワックス) アクリリカーカヌー(トライアル/ワックス) SUP入門 9:15 - 10:15 船木 11:00 - 12:00 船木 13:00 - 14:30 船木 12:00 - 13:30 奥野/他 14:00 - 15:30 奥野/他 9:00 - 10:30 奥野/他 ARATA EASY OVER NIGHT CAMP 今村 |
| | 9:00 - 10:30 船木 11:00 - 12:00 船木 13:00 - 14:00 船木 11:00 - 12:00 奥野/山岸 今村 | | 11:30 - 12:30 船木 11:30 - 12:30 山崎 12:30 - 13:30 山崎 | 10:30 - 13:30 奥野/山岸 14:00 15:30 今村 | 9:00 - 10:30 船木 11:00 - 12:30 船木 15:00 - 16:00 船木 | | 9:15 - 10:15 船木 11:00 - 12:00 船木 13:00 - 14:30 船木 12:00 - 13:30 奥野/他 14:00 - 15:30 奥野/他 9:00 - 10:30 奥野/他 ARATA EASY OVER NIGHT CAMP 今村 |
| MOUNTAIN | ショートトレッキング-真名瀬コース 山道 2DAYツアー-大巻 西沢トレイルランニングツアー-アハレン | | | アウトドアアクティビティ(奥取山) トレイルランニング ビナー-ロング | ショートトレッキング(フォットネス) ショートトレッキング(フォットネス) | スラックライン-準備 13:00 - 13:45 船木 | トレイルランニング ビナー-ロング ノルディックウォーキング葉山 ショートトレッキング(フォットネス)6時間 15:30 - 18:00 武田 |
| | 14:15 - 15:30 Rieco 11:00 - 12:00 奥野 7:00 - 16:00 武田 | | | 8:00 - 12:00 丸山 9:00 - 11:30 今村 | 8:30 - 10:00 武田 | 13:00 - 13:45 船木 | 9:00 - 13:00 八木/他 10:00 - 11:30 奥野 15:30 - 18:00 武田 |
| LIFESAVING | | | | | BOARD PADDLING | 13:30 - 14:30 今村 | |
| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |

【ご注意】
 ※ プログラムへのご参加は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。
 ※ 雨天, 悪コンディションなどにより, プログラムが中止の際には, ホルダリング大会や各種座学講習を実施します。詳しくは当日のインフォメーションをご確認ください。
 ※ 「アシュタガヨガ マウンテンラン」は基本的に自主練習です。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。練習方法もレクチャーします。
 ※ 「SURF expedition」は, サーフボードを持って, シンプルな服装/履鞋で行うツアープログラムです。担当:ARATA