

BEACH葉山 プログラム 4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(自然との触れ合い)	9:00 10:15 TAMAO	アネサラ(SPI)YOGA(化ギネーズ)	9:00 10:15 Toshi	9:00 10:15 mako	リラクゼーション	9:15 10:30 tomorrow
	アネサラヨガハーブアロマテラピー	10:30 12:00 Satori	アネサラ(SPI)YOGA	10:30 11:45 Toshi	BEACH WORKOUT	10:45 12:00 tan	TAI-CHI(太極拳)
OCEAN	リラクゼーション	15:45 17:00 Reco	SUNSET BEACH HULA(フア)	14:00 15:30 Anahua	リラクゼーション	15:15 16:30 Satori	リラクゼーション(全身体操)
	OC/健康	7:00 8:30 船木	SUP/フィットネス	10:30 12:00 船木	OC/ベルゴアフィットネス	10:30 12:30 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	OC/ベルゴアフィットネス	13:00 15:00 舟村/船木	ロングボードサーフィン2	12:30 13:30 山崎	スノーケル1	13:30 14:30 山口	OC/ベルゴアフィットネス
MOUNTAIN	ハイキング	12:15 12:45 山口	FunRun/登山	10:30 11:45 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
	ジョイントトレーニングwithベアフットシューズ	14:15 15:30 Reco	FunRun/登山	13:00 13:30 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
LIFESAVING							
BEACH/STUDIO	TAI-CHI(太極拳)	9:00 10:15 舟井	アネサラ(SPI)YOGA(化ギネーズ)	9:00 10:15 Toshi	9:00 10:15 mako	リラクゼーション	9:15 10:30 tomorrow
	アネサラヨガハーブアロマテラピー	10:30 12:00 Satori	アネサラ(SPI)YOGA	10:30 11:45 Toshi	BEACH WORKOUT & RUN	10:45 13:00 tan	TAI-CHI(太極拳)
OCEAN	リラクゼーション	15:45 17:00 Reco	SUNSET BEACH HULA(フア)	14:00 15:30 Anahua	リラクゼーション	15:15 16:30 Satori	リラクゼーション(全身体操)
	OC/健康	7:00 8:30 船木	SUP/フィットネス	10:30 12:00 船木	OC/ベルゴアフィットネス	10:30 12:30 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	OC/ベルゴアフィットネス	13:00 15:00 舟村/船木	ロングボードサーフィン2	12:30 13:30 山崎	スノーケル1	13:30 14:00 山口	OC/ベルゴアフィットネス
MOUNTAIN	ハイランニング	10:30 12:00 内之倉	FunRun/登山	10:30 11:45 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
	ジョイントトレーニングwithベアフットシューズ	14:15 15:30 Reco	FunRun/登山	13:00 13:30 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
LIFESAVING							
BEACH/STUDIO	TAI-CHI(太極拳)	9:00 10:15 Kunko	アネサラ(SPI)YOGA(化ギネーズ)	9:00 10:15 Toshi	9:00 10:15 mako	リラクゼーション	9:15 10:30 tomorrow
	アネサラヨガハーブアロマテラピー	10:30 12:00 Satori	アネサラ(SPI)YOGA	10:30 11:45 Toshi	BEACH WORKOUT & RUN	10:45 13:00 tan	TAI-CHI(太極拳)
OCEAN	リラクゼーション	15:45 17:00 Reco	SUNSET BEACH HULA(フア)	14:00 15:30 Anahua	リラクゼーション	15:15 16:30 Satori	リラクゼーション(全身体操)
	OC/健康	7:00 8:30 船木	SUP/フィットネス	10:30 12:00 船木	OC/ベルゴアフィットネス	10:30 12:30 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	OC/ベルゴアフィットネス	13:00 15:00 舟村/船木	ロングボードサーフィン2	12:30 13:30 山崎	スノーケル2	13:30 14:30 山口	OC/ベルゴアフィットネス
MOUNTAIN	ハイランニング	10:30 11:30 内之倉	FunRun/登山	10:30 11:45 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
	ジョイントトレーニングwithベアフットシューズ	14:15 15:30 Reco	FunRun/登山	13:00 13:30 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
LIFESAVING							
BEACH/STUDIO	BEACHが(自然との触れ合い)	8:00 9:00 RCA	アネサラ(SPI)YOGA(化ギネーズ)	9:00 10:15 Toshi	9:00 10:15 mako	リラクゼーション	9:15 10:30 tomorrow
	アネサラヨガハーブアロマテラピー	10:30 12:00 Satori	アネサラ(SPI)YOGA	10:30 11:45 Toshi	BEACH WORKOUT & RUN	10:45 13:00 tan	TAI-CHI(太極拳)
OCEAN	リラクゼーション	15:45 17:00 Reco	SUNSET BEACH HULA(フア)	14:00 15:30 Anahua	リラクゼーション	15:15 16:30 Satori	リラクゼーション(全身体操)
	OC/健康	7:00 8:30 船木	SUP/フィットネス	10:30 12:00 船木	OC/ベルゴアフィットネス	10:30 12:30 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	OC/ベルゴアフィットネス	13:00 15:00 舟村/船木	ロングボードサーフィン2	12:30 13:30 山崎	スノーケル2	13:30 14:30 山口	OC/ベルゴアフィットネス
MOUNTAIN	ハイランニング	10:30 12:00 内之倉	FunRun/登山	10:30 11:45 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
	ジョイントトレーニングwithベアフットシューズ	14:15 15:30 Reco	FunRun/登山	13:00 13:30 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
LIFESAVING							
BEACH/STUDIO	BEACHが(自然との触れ合い)	9:00 10:15 TAMAO	アネサラ(SPI)YOGA(化ギネーズ)	9:00 10:15 Toshi	9:00 10:15 mako	リラクゼーション	9:15 10:30 tomorrow
	アネサラヨガハーブアロマテラピー	10:30 12:00 Satori	アネサラ(SPI)YOGA	10:30 11:45 Toshi	BEACH WORKOUT & RUN	10:45 13:00 tan	TAI-CHI(太極拳)
OCEAN	リラクゼーション	15:45 17:00 Reco	SUNSET BEACH HULA(フア)	14:00 15:30 Anahua	リラクゼーション	15:15 16:30 Satori	リラクゼーション(全身体操)
	OC/健康	7:00 8:30 船木	SUP/フィットネス	10:30 12:00 船木	OC/ベルゴアフィットネス	10:30 12:30 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	OC/ベルゴアフィットネス	13:00 15:00 舟村/船木	ロングボードサーフィン2	12:30 13:30 山崎	スノーケル2	13:30 14:30 山口	OC/ベルゴアフィットネス
MOUNTAIN	ハイランニング	10:30 12:00 内之倉	FunRun/登山	10:30 11:45 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
	ジョイントトレーニングwithベアフットシューズ	14:15 15:30 Reco	FunRun/登山	13:00 13:30 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
LIFESAVING							
BEACH/STUDIO	BEACHが(自然との触れ合い)	9:00 10:15 TAMAO	アネサラ(SPI)YOGA(化ギネーズ)	9:00 10:15 Toshi	9:00 10:15 mako	リラクゼーション	9:15 10:30 tomorrow
	アネサラヨガハーブアロマテラピー	10:30 12:00 Satori	アネサラ(SPI)YOGA	10:30 11:45 Toshi	BEACH WORKOUT & RUN	10:45 13:00 tan	TAI-CHI(太極拳)
OCEAN	リラクゼーション	15:45 17:00 Reco	SUNSET BEACH HULA(フア)	14:00 15:30 Anahua	リラクゼーション	15:15 16:30 Satori	リラクゼーション(全身体操)
	OC/健康	7:00 8:30 船木	SUP/フィットネス	10:30 12:00 船木	OC/ベルゴアフィットネス	10:30 12:30 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	9:00 10:00 舟村	ロングボードサーフィン2	11:30 12:30 山崎	アクトリカ-カヌー(ワラックス)	13:00 14:00 船木	アクトリカ-カヌー(ワラックス)
	OC/ベルゴアフィットネス	13:00 15:00 舟村/船木	ロングボードサーフィン2	12:30 13:30 山崎	スノーケル2	13:30 14:30 山口	OC/ベルゴアフィットネス
MOUNTAIN	ハイランニング	10:30 12:00 内之倉	FunRun/登山	10:30 11:45 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
	ジョイントトレーニングwithベアフットシューズ	14:15 15:30 Reco	FunRun/登山	13:00 13:30 山口	FunRun/登山	12:30 13:00 山口	ハイランニング スタート
LIFESAVING							

【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>)、またはメール(yoyaku@beach-hayama.com)、お電話(046-854-4046)にて予約ください。
 ※ Eメール、お電話での予約は前日18時までにお願いいたします。Web予約システムは24時間ご予約可能です。
 ※ 前夜、悪天候などにより、プログラムの中止の際は、プログラムの安全を最優先でキャンセルいたします。詳しくは当日のインフォメーションをご確認ください。
 ※ 「アシスタント」マニールクラス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。練習方法をチェックします。
 ※ 「SURF expedition」とは、サーフボードを持って、シンプルな冒険/遠征を行なうプログラムです。担当:ARATA