

BEACH葉山 プログラム 9月スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日					
BEACH/STUDIO						1	2					
						アシュタングヨガ(自主練習) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス SUNSET BEACH HULA(フア)	7:00 - 7:45 松村香枝 8:00 - 9:30 coyuki 10:45 12:00 夢遊楽 15:00 16:30 Anuhita	SAYAMA(岩カサテラスランチ) アシュタングヨガ ALL Level Yin(瞑)ヨガ	9:00 12:15 SAYAMA 10:30 11:45 Saton 16:00 17:15 yuko			
OCEAN						アフリカカーネー(ウラックス) アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス スノーケル2 スノーケル3 ロングボードサーフィン2 ロングボードサーフィン1	8:00 10:00 松本 10:30 11:30 松本 12:30 14:30 松本 14:30 15:45 山口 15:00 16:00 山口 13:00 14:00 山口 10:00 11:15 黒野/他 11:15 12:30 黒野/他	OC/瞑 アフリカカーネー(ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス スノーケル3 スノーケル2 ロングボードサーフィン2 ロングボードサーフィン1	7:00 8:30 松本 9:00 10:00 松本/折野 13:15 15:15 松本 10:00 11:30 山口 12:30 14:00 山口 10:00 11:15 黒野/他 11:45 13:00 黒野/他			
MOUNTAIN						フルタイムウォーキングwithベアハット FunRul(登山)	9:30 10:45 内之倉 12:15 12:45 山口	ベアハットWALK&RUN	14:30 15:45 大島真博			
LIFESAVING						RUN SWIM RUN	8:00 9:00 内之倉	IN OUt (SWIM)	14:30 15:30 山口			
	3	4	5	6	7	8	9					
BEACH/STUDIO	ハタレイヤサ(ピキナー) ハタレイヤサ ALLレベル SUNSET BEACH HULA(フア)	9:00 10:15 yuko 10:30 11:45 yuko 14:00 15:30 Anuhita	リソディエニング(全身ストレッチ) ピラティス Yin(瞑)ヨガ	9:00 10:00 内之倉 10:30 11:45 shino 13:30 14:45 ria	BEACH WORKOUT シクファンヨガ(太陽礼拝+瞑想)	10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Saton	アシュタングヨガ(自主練習) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス SUNSET BEACH HULA(フア)	7:00 7:45 松村香枝 8:00 9:30 yuko 10:45 12:00 夢遊楽 15:00 16:30 Anuhita	BEACHヨガ(自然との融合) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス Yin(瞑)ヨガ	8:00 9:15 TAMAO 10:30 11:45 Saton 16:00 17:15 yuko		
OCEAN	スイマーテック スイレンジブリスダンス ロングボードサーフィン2 ロングボードサーフィン1 スノーケル2 スノーケル1	10:30 12:00 松本 13:00 14:30 松本 11:30 12:30 山口 12:30 13:30 山口 10:45 12:00 山口 13:00 14:00 山口	アフリカカーネー(ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス スノーケル2	10:30 11:30 松本 12:00 13:30 内之倉 12:00 13:30 内之倉	アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) アフリカカーネー(ウラックス) スノーケル3	9:00 10:00 松本 12:00 13:00 松本 10:45 12:00 山口 13:00 14:30 山口	アフリカカーネー(ウラックス) LBI スノーケル2	9:00 10:00 松本 11:00 12:00 松本 9:00 10:30 内之倉	アフリカカーネー(ウラックス) アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス SUP入門 スノーケル3	9:45 11:00 山口 12:00 14:00 山口 12:45 14:00 山口 10:30 12:00 山口 14:30 16:00 山口		
MOUNTAIN	トレッキング	9:00 10:15 山口	トレイルランニング スタート	9:00 10:30 折野	トレッキング	9:00 10:15 山口	スラックライン遊場	11:30 12:30 内之倉	フルタイムウォーキングwithベアハット トレイルランニング スタート FunRul(登山)	9:00 12:00 折野 9:30 10:45 内之倉 12:15 12:45 山口	ベアハットWALK&RUN	14:30 15:45 大島真博
LIFESAVING						RUN SWIM RUN	8:00 9:00 内之倉	BODY SLURFING	14:30 15:30 山口			
	10	11	12	13	14	15	16					
BEACH/STUDIO	アサハラ(SPI)YOGA(ピキナーズ) アサハラ(SPI)YOGA SUNSET BEACH HULA(フア)	9:00 10:15 Toth 10:30 11:45 Toth 14:00 15:30 Anuhita	リソディエニング(全身ストレッチ) ピラティス Yin(瞑)ヨガ	9:00 10:00 松本 10:30 11:45 shino 13:30 14:45 ria	BEACH WORKOUT シクファンヨガ(太陽礼拝+瞑想)	10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Saton	アシュタングヨガ(自主練習) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス SUNSET BEACH HULA(フア)	7:00 7:45 松村香枝 8:00 9:30 coyuki 10:45 12:00 夢遊楽 15:00 16:30 Anuhita	BEACHヨガ(自然との融合) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス Yin(瞑)ヨガ	8:00 9:15 TAMAO 10:30 11:45 Saton 16:00 17:15 yuko		
OCEAN	スイマーテック スイレンジブリスダンス ロングボードサーフィン2 ロングボードサーフィン1 スノーケル3	10:30 12:00 松本 13:00 14:30 松本 11:30 12:30 山口 12:30 13:30 山口 13:00 14:30 山口	アフリカカーネー(ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス スノーケル2	10:30 11:30 松本 12:00 13:30 内之倉 12:00 13:30 内之倉	アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) アフリカカーネー(ウラックス) スノーケル1 スノーケル2 スノーケル3	9:00 10:00 松本 12:00 13:00 松本 10:45 12:15 山口 12:15 13:15 山口 13:00 14:45 山口	アフリカカーネー(ウラックス) LBI スノーケル2	9:00 10:00 松本 11:00 12:00 松本 9:00 10:30 内之倉	アフリカカーネー(ウラックス) アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス SUP入門 スノーケル3	9:00 10:00 松本/折野 10:30 11:30 松本/折野 13:15 12:45 内之倉 12:45 14:00 山口 10:00 11:15 黒野/他 11:45 13:00 黒野/他		
MOUNTAIN	トレッキング スラックライン遊場	9:00 10:15 山口 12:00 12:45 山口	トレイルランニング スタート	9:00 10:15 内之倉	トレッキング	9:00 10:15 山口	スラックライン遊場	11:30 12:30 内之倉	フルタイムウォーキングwithベアハット FunRul(登山)	9:30 10:45 内之倉 15:00 15:30 山口	トレイルランニング ピキナー-ロング(瞑想) ショートトレッキング	8:00 12:00 折野 9:30 10:45 山口
LIFESAVING						RUN SWIM RUN	8:00 9:00 内之倉	IN OUt (SWIM)	14:30 15:30 山口			
	17	18	19	20	21	22	23					
BEACH/STUDIO	ピラティス リソディエニング(全身ストレッチ)	9:00 10:15 shino 14:30 15:15 内之倉	リソディエニング(全身ストレッチ) ピラティス Yin(瞑)ヨガ	9:00 10:00 内之倉 10:30 11:45 shino 13:30 14:45 ria	BEACH WORKOUT シクファンヨガ(太陽礼拝+瞑想)	10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Saton	アシュタングヨガ(自主練習) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス SUNSET BEACH HULA(フア)	7:00 7:45 松村香枝 8:00 9:30 sayuri 10:45 12:00 夢遊楽 15:00 16:30 Anuhita	BEACHヨガ(自然との融合) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス SUNSET BEACH HULA(フア)	8:00 9:15 TAMAO 10:30 11:45 Saton 15:00 16:30 Anuhita		
OCEAN	OC/IC/FA/フィットネス アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) アフリカカーネー(ウラックス) スノーケル3 スノーケル2 ロングボードサーフィン2 SUP入門 ロングボードサーフィン1	10:30 12:30 ***-*** 13:00 14:00 ***-*** 14:30 15:30 ***-*** 10:30 12:00 山口 14:30 15:45 山口 10:00 11:15 黒野/他 11:15 12:30 黒野/他	アフリカカーネー(ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス スノーケル2	10:30 11:30 松本 12:00 13:30 ***-*** 12:00 13:30 内之倉	アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) アフリカカーネー(ウラックス) スノーケル3	9:00 10:00 松本 12:00 13:00 松本 10:45 12:15 山口	アフリカカーネー(ウラックス) LBI スノーケル2	9:00 10:00 ***-*** 10:00 11:00 ***-*** 12:30 14:30 ***-*** 10:30 12:00 山口 13:00 14:15 山口	OC/瞑 アフリカカーネー(ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス スノーケル3 スノーケル2 ロングボードサーフィン2 SUP入門 スノーケル3	7:00 8:30 松本 9:00 10:00 松本/折野 13:15 15:15 松本/折野 9:30 11:30 折野 10:00 11:15 黒野/他 11:45 13:00 黒野/他		
MOUNTAIN	トレイルランニング スタート	9:30 10:45 内之倉	トレイルランニング スタート	9:00 10:15 内之倉	トレッキング トレイルランニング ピキナー-ロング(瞑想)	9:00 10:15 山口 9:00 12:00 八木	スラックライン遊場	11:30 12:30 内之倉	フルタイムウォーキングwithベアハット FunRul(登山)	9:30 10:45 内之倉 12:15 12:45 山口	トレイルランニング ピキナー-ロング(瞑想) ショートトレッキング	9:00 12:00 八木 9:30 10:45 山口
LIFESAVING	RUN SWIM RUN	8:00 9:00 内之倉					RUN SWIM RUN	8:00 9:00 内之倉	BODY SLURFING	14:30 15:30 山口		
	24	25	26	27	28	29	30					
BEACH/STUDIO	アサハラ(SPI)YOGA(ピキナーズ) アサハラ(SPI)YOGA SUNSET BEACH HULA(フア)	9:00 10:15 Toth 10:30 11:45 Toth 14:00 15:30 Anuhita	リソディエニング(全身ストレッチ) ピラティス Yin(瞑)ヨガ	9:00 10:00 松本 10:30 11:45 shino 13:30 14:45 ria	BEACH WORKOUT シクファンヨガ(太陽礼拝+瞑想)	10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Saton	アシュタングヨガ(自主練習) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス SUNSET BEACH HULA(フア)	7:00 7:45 松村香枝 8:00 9:30 coyuki 10:45 12:00 夢遊楽 15:00 16:30 Anuhita	BEACHヨガ(自然との融合) アシュタングヨガ ALL Level ピラティス SUNSET BEACH HULA(フア)	8:00 9:15 TAMAO 10:30 11:45 Saton 16:00 17:15 yuko		
OCEAN	スイマーテック スイレンジブリスダンス ロングボードサーフィン2 ロングボードサーフィン1 スノーケル3 スノーケル2 SUP入門	10:30 12:00 松本 13:00 14:30 松本 12:30 14:30 折野	アフリカカーネー(ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス スノーケル2	10:30 11:30 松本 12:00 13:30 内之倉 12:00 13:30 内之倉	アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) アフリカカーネー(ウラックス) スノーケル3	9:00 10:00 松本 12:00 13:00 松本 13:30 14:45 山口	アフリカカーネー(ウラックス) LBI スノーケル2	9:00 10:00 松本 11:00 12:00 松本 9:00 10:30 内之倉	アフリカカーネー(ウラックス) アフリカカーネー(トライアル/ウラックス) OC/IC/FA/フィットネス スノーケル3 スノーケル2 スノーケル3 スノーケル1 ロングボードサーフィン2 SUP入門	9:00 10:00 松本/折野 10:30 11:30 松本/折野 12:30 14:30 松本/折野 14:30 16:00 山口 13:00 14:00 山口 10:00 11:15 黒野/他 11:15 12:30 黒野/他 15:00 16:15 黒野/他		
MOUNTAIN	トレイルランニング スタート	9:00 10:15 内之倉	トレイルランニング スタート	9:00 10:15 内之倉	トレッキング FunRul(登山)	9:00 10:15 山口 12:30 13:00 山口	スラックライン遊場	11:30 12:30 内之倉	フルタイムウォーキングwithベアハット FunRul(登山)	9:30 10:45 内之倉 12:00 12:30 山口	トレイルランニング ピキナー-ロング(瞑想)	9:00 12:00 ***-*** 9:30 10:45 山口
LIFESAVING							RUN SWIM RUN	8:00 9:00 内之倉				

【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)にてご予約ください。  
 ※ Eメール、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時間受付予約可能です。  
 ※ 雨天、悪天候などにより、プログラムの中止の際は、お申し込みの全名義者様へご連絡を致します。詳しくは当日のインフォメーションをご確認ください。  
 ※ 「ファンタジックヨガ マリノールクラス」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