

BEACH葉山 プログラム 2017年 5月スケジュール

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
BEACH/STUDIO				ビラティス BEACH WORKOUT 9:00 10:15 10:30 11:45 伊藤	アシュタンガヨガ ALL level 9:00 10:15 tomomi 10:30 11:30 タルン 13:30 14:45 有本 15:00 16:30 逆瀬川	【イベント】アスリートのヨガ コンディショニング 10:00 15:00 Toshi 15:30 16:30	BEACH日が(自然との融合) アシュタンガヨガ ALL level 10:30 12:00 Satori BEACH HULA(フラ) 14:00 15:15 レイラニ Yin(陰)ヨガ 15:30 16:45 ria
OCEAN	BEACHレンタルDAY	BEACH マーケットDAY	BEACH マーケットDAY	シトオンカヤック 【イベント】BEACHレガッタ(OC・SUP) SUP試乗会 9:00 10:30 折笠 9:00 11:00 柏木 10:00 12:00	【イベント】親子SUP SUP入門 LB1入門 シトオンカヤック シーカヤック SUN SET OC(ワラックス) 9:00 10:30 折笠 10:00 11:00 伊藤 10:00 11:00 みゆり 10:30 12:00 折笠 13:00 15:00 折笠 15:30 16:45 柏木	OC(入門/ワラックス) OC(入門/ワラックス) シトオンカヤック入門 OC(ワラックス&テクニク) シトオンカヤック お数歩SUP 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:15 石川マコト 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:15 柏木 10:30 12:00 折笠 10:30 12:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤	OC(練習 OC(入門/ワラックス) お数歩SUP ロングボードサーフィン2 スノーケル2 OC(ワトルコアフィットネス シトオンカヤック 7:00 8:30 柏木 9:00 10:00 柏木 9:00 10:30 伊藤 10:00 11:30 みゆり 12:00 14:00 武藤 10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 橋本
MOUNTAIN			【イベント】スポーツ時の栄養補給についてshotz 16:00 18:00 藤井	トックキング(ファントバーニングコース) 【イベント】BEACH BBQ 9:00 10:15 橋原 13:00 15:00	FUN RUN葉山 【イベント】親子トックキング 【イベント】親子磯辺遊び トレイルランニング2 9:00 10:00 橋原 10:30 11:30 橋原 13:00 14:30 武藤 13:30 15:00 伊藤	MTB入門 トックキング&スラックライン 9:00 10:30 Shige 13:30 14:45 伊藤	FUN/ルディック トレイルランニング2 9:00 10:15 橋原 11:00 12:30 伊藤
	8	9	10	11	12	13	14
BEACH/STUDIO	スローヴェンヤサ アーサナアライメント BEACH HULA(フラ) 9:00 10:15 Maiko 10:30 11:45 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 na	ビラティス BEACH WORKOUT シヴァナンドヨガ 9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシュタンガヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) ビラティス コンディショニング 10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 有本 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ビラティス コンディショニング 9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:15 伊藤	BEACH日が(自然との融合) アシュタンガヨガ ALL level BEACH HULA(フラ) Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 Mika 10:30 12:00 Satori 14:00 15:15 レイラニ 15:30 16:45 ria	
OCEAN	SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	OC(入門/ワラックス) OC(ワラックス&テクニク) シトオンカヤック SUP/ワトルコアフィットネス ロングボードサーフィン3 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 10:30 12:00 橋原 13:00 15:00 津田	ロングボードサーフィン入門 SUP(ワラックス&テクニク) OC(ワトルコアフィットネス) 9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	お数歩SUP シトオンカヤック SUP(ワラックス&テクニク) ロングボードサーフィン2 10:30 12:00 伊藤 10:30 12:00 橋原 13:00 14:30 伊藤 13:00 14:30 Mika	シーカヤック OC(ワラックス&テクニク) SUPテクニク スキューバダイビング1 10:00 12:00 橋原 10:30 12:00 柏木 13:30 15:00 柏木 9:30 11:00 武藤	【ツアー】JOC6 expedition(30K) RUN SWIM RUN OC(入門/ワラックス) OC(ワラックス&テクニク) シトオンカヤック お数歩SUP SUP/ワトルコアフィットネス 9:00 12:00 柏木 9:00 10:00 橋原 9:00 10:00 石川マコト 10:30 12:00 折笠 10:30 12:00 橋原 10:30 12:00 橋原 13:00 15:00 柏木	【ツアー】レディーズSURF TRIP シトオンカヤック入門 SUPスノーケル シトオンカヤック ロングボードサーフィン入門 8:00 16:00 みゆり 9:00 10:00 橋原 10:30 12:00 伊藤 10:30 12:00 橋原 14:00 15:00 伊藤
MOUNTAIN	FUN RUN葉山 ルディックウォーキング 9:00 10:15 橋原 13:00 14:15 橋原	Bare Footラン トレイルランニング2 9:00 10:15 金城みどり 13:00 14:30 伊藤	トックキング(ファントバーニングコース) トレイルランニング入門 9:00 10:15 橋原 15:00 16:00 伊藤	CORE RUN ルディックウォーキング 9:00 10:00 柏木 13:00 14:30 橋原	MTB(チャレンジ) Bare Footラン 【ツアー】トレイルランニングツアー 葉山 three 9:00 10:30 Shige 10:15 金城みどり 9:00 15:00 伊藤	トレイルランニング入門 FUN/ルディック 9:00 10:00 伊藤 13:30 15:00 橋原	
	15	16	17	18	19	20	21
BEACH/STUDIO	スローヴェンヤサ アーサナアライメント BEACH HULA(フラ) 9:00 10:15 Maiko 10:30 11:45 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 na	ビラティス BEACH WORKOUT シヴァナンドヨガ 9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシュタンガヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) ビラティス コンディショニング 10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 有本 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS inspired by Hanuman Yoga ビラティス コンディショニング 9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:15 伊藤	BEACH日が(自然との融合) アシュタンガヨガ ALL level BEACH HULA(フラ) Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 Mika 10:30 12:00 Satori 14:00 15:15 レイラニ 15:30 16:45 ria	
OCEAN	SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	【ツアー】JOCフィッシング(釣付あり) 【ツアー】SKINDIVING EXPEDITION三浦 シーカヤック OC/ワトルコアフィットネス 9:00 11:00 柏木 9:00 15:00 武藤 10:30 12:00 橋原 13:00 15:00 柏木	お数歩SUP ロングボードサーフィン2 OC/ワトルコアフィットネス 9:00 10:15 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	ロングボードサーフィン3 SUP入門 シトオンカヤック入門 LB1入門 10:00 12:00 津田 10:30 11:30 伊藤 10:30 12:00 橋原 13:00 14:30 みゆり	シーカヤック OC(ワラックス&テクニク) SUPテクニク 10:00 12:00 橋原 10:30 12:00 柏木 13:30 15:00 柏木	【ツアー】JOC1 expedition OC(入門/ワラックス) SUP入門 OC(ワラックス&テクニク) シトオンカヤック シーカヤック OC/ワトルコアフィットネス SUPスノーケル ロングボードサーフィン3 8:00 11:00 柏木(船) 9:00 10:00 橋原 9:00 10:00 橋原 10:30 12:00 橋原 10:30 12:00 橋原 10:30 12:00 橋原 13:00 15:00 柏木 13:00 15:00 津田	OC(練習 【ツアー】SURF expedition OC(入門/ワラックス) シトオンカヤック 【ツアー】JOCピクニック for 佐島 お数歩SUP 7:00 8:30 橋本 7:00 17:00 渡辺健 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 10:30 13:00 柏木 13:30 15:00 伊藤
MOUNTAIN	FUN RUN葉山 ルディックウォーキング 9:00 10:15 橋原 13:00 14:15 橋原	トックキング ロング トックキング&スラックライン 9:00 12:00 みゆり 13:00 15:00 伊藤	トックキング(のんびりコース) トレイルランニング2 9:00 10:15 橋原 13:00 14:30 伊藤	CORE RUN 【ツアー】三浦半島/ハナティング (MPH) FUN/ルディック 9:00 10:00 柏木 9:00 15:00 みゆり 13:00 14:30 橋原	MTB入門 トレイルランニング3 アウトドアファンクショナルトレーニング 9:00 10:30 Shige 9:00 12:00 伊藤 13:00 14:00 伊藤	トレイルランニング入門 9:00 10:00 伊藤	
	22	23	24	25	26	27	28
BEACH/STUDIO	スローヴェンヤサ アーサナアライメント BEACH HULA(フラ) 9:00 10:15 Maiko 10:30 11:45 Maiko 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 na	ビラティス BEACH WORKOUT シヴァナンドヨガ 9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシュタンガヨガ ALL level TAI-CHI(太極拳) ビラティス コンディショニング 10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 有本 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS inspired by Hanuman Yoga ビラティス コンディショニング 9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 yusuke 15:30 16:15 伊藤	BEACH日が(自然との融合) アシュタンガヨガ ALL level BEACH HULA(フラ) Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 代行 10:30 12:00 Satori 14:00 15:15 レイラニ 15:30 16:45 ria	
OCEAN	SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	OC(入門/ワラックス) OC(ワラックス&テクニク) シーカヤック SUP/ワトルコアフィットネス 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 10:30 12:00 橋原 13:00 15:00 柏木	ロングボードサーフィン2 お数歩SUP OC/ワトルコアフィットネス 10:45 12:15 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木	お数歩SUP シトオンカヤック ロングボードサーフィン2 10:30 12:00 伊藤 10:30 12:00 橋原 13:00 14:30 Mika	シーカヤック シーカヤック ロングボードサーフィン3 OC(ワラックス&テクニク) SUPテクニク 10:00 12:00 橋原 10:00 12:00 津田 10:30 12:00 柏木 13:30 15:00 柏木	RUN SWIM RUN シトオンカヤック SUPスノーケル 10:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 橋原 13:30 15:00 橋原	【ツアー】SEA KAYAK EXPEDITION 9:00 15:15 折笠
MOUNTAIN	FUN RUN葉山 ルディックウォーキング 9:00 10:15 橋原 13:00 14:15 橋原	トレイルランニング入門 Bare Footラン 9:00 10:00 伊藤 9:00 10:15 金城みどり	トックキング(ファントバーニングコース) トレイルランニング2 9:00 10:15 橋原 13:30 15:00 伊藤	CORE RUN FUN/ルディック 9:00 10:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	MTB(アドバンス) Bare Footラン トレイルランニング2 アウトドアファンクショナルトレーニング 9:00 12:00 Shige 9:00 10:15 金城みどり 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:00 伊藤	トックキング(のんびりコース) トレイルランニング2 10:30 12:00 橋原 13:00 14:30 伊藤	
	29	30	31				
BEACH/STUDIO	スローヴェンヤサ アーサナアライメント BEACH HULA(フラ) 9:00 10:15 Asuka 15:00 16:15 レイラニ	ビラティスon the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ 9:00 10:15 柏木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 na					
OCEAN	SMILE アクティブエイジング ~扉の外へ~	OC(入門/ワラックス) OC(ワラックス&テクニク) シトオンカヤック SUP/ワトルコアフィットネス 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 10:30 12:00 橋原 13:00 15:00 柏木	ロングボードサーフィン2 OC/ワトルコアフィットネス SUPスノーケル 10:45 12:15 柏木 13:00 15:00 橋原 13:00 15:00 伊藤				
MOUNTAIN	FUN RUN葉山 FUN/ルディック 9:00 10:15 橋原 13:00 14:15 橋原	トレイルランニング2 8:45 10:15 伊藤					