

BEACH葉山 プログラム 2018年 7月スケジュール

	月 30	火 31	水	木	金	土	日						
BEACH/STUDIO		スローイングヤサ アーサナライメント BEACH HULA(アラ)	9:00 10:15 Maiko 10:30 11:45 Maiko 15:00 16:15 レイラニ				BEACHヨガ(自然との融合) アシタナヨガガ ALL level BEACH HULA(アラ) Yin(陰)ヨガ	8:00 9:15 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/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스) ロングボードサーフィン入門	9:00 10:15 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 13:00 14:00 伊藤				SUPスノーケル OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) ロングボードサーフィン入門 padding with competitors	9:00 10:30 伊藤 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木					
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) トレッキング(のんびりコース)	9:00 10:15 環 14:30 16:00 伊藤				MTB入門 アウトドアファンクショナルトレーニング FUN/ルディック	9:00 10:30 伊藤 13:00 14:15 伊藤 16:00 伊藤					
BEACH/STUDIO	2	3	4	5	6	7	8						
BEACH/STUDIO		ゆるめて流すyoga ヨガwzアロックス BEACH HULA(アラ)	9:00 10:15 Asca 10:45 12:00 yusuke 15:00 16:15 レイラニ	ピラティス 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 ria	ピラティス BEACH WORKOUT シタナナヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシタナヨガガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青本 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 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ヨガ(自然との融合) アシタナヨガガ ALL level BEACH HULA(アラ) Yin(陰)ヨガ	8:00 9:15 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/リラックス) OC(リラックス&テクニク) SUP入門 OC(バルコアフィ트니스)	9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 14:00 伊藤 13:00 15:00 柏木	SUP(リラックス&テクニク) シタナナヨガ SUP/バルコアフィ트니스 【ツアー】レディースSURF TRIP	10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 柏木 9:00 17:00 みゆり	オーシャンスイム入門 SUPスノーケル シットオンカヤック入門 シットオンカヤック	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 10:30 11:45 橋原 13:00 14:30 橋原	LB1入門 OC(入門/リラックス) SUP入門 OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스) SUPスノーケル	9:00 10:15 みゆり 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	OC前線 OC(入門/リラックス) SUP入門 OC(リラックス&テクニク) RUN SWIM RUN SUP/バルコアフィ트니스 SUPスノーケル	7:00 8:30 柏木 9:00 10:00 石川マコト 9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柏木 13:00 14:30 伊藤	シットオンカヤック入門 シットオンカヤック SUN SET OC(リラックス) 【ツアー】アイランド・サウス・オブ・フレンチ 【ツアー】JOCスノーケル&スキングタイプ	9:00 10:00 折笠 10:30 12:00 伊藤 15:30 17:00 柏木 staff 13:30 15:00 柏木/武藤
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!) トレイルランニング入門	9:00 10:00 環 14:30 15:30 伊藤	Bare Footラン トレッキング(フットバーニングコース)	9:00 10:15 金城みどり 9:00 10:15 伊藤	トレイルランニング2 【ツアー】三浦半島環境ワーク(すもも祭り)	13:00 15:00 伊藤 9:00 12:00 みゆり	CORE RUN トレイルランニング入門	9:00 10:00 柏木 10:30 11:30 津田	トレイルランニング2 トレッキング10K	9:00 10:30 伊藤 9:00 12:00 みゆり	MTB(チャレンジ) アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 伊藤 13:00 14:15 伊藤(津田)
BEACH/STUDIO	9	10	11	12	13	14	15						
BEACH/STUDIO		ゆるめて流すyoga ヨガwzアロックス BEACH HULA(アラ)	9:00 10:15 Asca 10:45 12:00 yusuke 15:00 16:15 レイラニ	ピラティス 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 ria	ピラティス BEACH WORKOUT シタナナヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシタナヨガガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青本 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 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ヨガ(自然との融合) アシタナヨガガ ALL level BEACH HULA(アラ) Yin(陰)ヨガ	8:00 9:15 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～	SUP入門 SUPスノーケル ロングボードサーフィン2 SUP/バルコアフィ트니스	9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) SUPスノーケル OC(バルコアフィ트니스) シーカヤック	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:00 橋原	SUPスノーケル LB1入門 シットオンカヤック	10:30 12:00 伊藤 10:00 11:30 柏木 13:00 14:30 伊藤	SUP入門 OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스)	9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木	SUP前線 OC(入門/リラックス) SUP入門 OC(リラックス&テクニク) SUP/バルコアフィ트니스 スノーケル2	7:00 8:30 柏木 9:00 10:00 石川マコト 9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 14:00 15:30 武藤	お散歩SUP シットオンカヤック入門 OC(入門/リラックス) シットオンカヤック ロングボードサーフィン入門 パドルパドルサーフィン入門 padding with competitors	9:00 10:30 伊藤 9:00 10:00 折笠 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 折笠 13:00 15:00 柏木 10:30 12:00 柏木/武藤
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:00 環	Bare Footラン FUN/ルディック	9:00 10:15 金城みどり 10:30 12:00 橋原	トレイルランニング入門	9:00 10:00 伊藤	スロージョギング(歩くように走ろう!) 【ツアー】三浦半島ハンティング (MPH)	9:00 10:15 環 9:00 15:00 みゆり	Bare Footラン トレイルランニング(沢登り(前田川))	9:00 10:15 金城みどり 10:30 13:30 伊藤	MTB入門 アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 伊藤 13:00 14:15 伊藤
BEACH/STUDIO	16	17	18	19	20	21	22						
BEACH/STUDIO	【イベント】湘南ヘルシタ YUCO-yoga① ファンクショナルTRX 【イベント】湘南ヘルシタ YUCO-yoga② 【イベント】湘南ヘルシタ YUCO-yoga③ 【イベント】湘南ヘルシタ YUCO-yoga④ 湘南ヘルシタ マルシェ	9:00 10:15 yuco 10:30 11:45 伊藤 13:00 14:15 yuco 16:00 18:00 staff	ピラティス 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 ria	ピラティス BEACH WORKOUT シタナナヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシタナヨガガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青本 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 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ヨガ(自然との融合) アシタナヨガガ ALL level BEACH HULA(アラ) Yin(陰)ヨガ	8:00 9:15 Mika 10:30 12:00 代打 14:00 15:15 レイラニ 15:30 16:45 ria	
OCEAN	BEACH 休館日	OC前線 【海のイベント】SUP試乗会(スタートボード) 【海のイベント】JOC試乗会 OC(リラックス&テクニク)	7:00 8:30 柏木 10:30 12:00 柏木 10:00 12:00 柏木 13:00 14:30 柏木	SUP入門 ロングボードサーフィン入門 SUP/バルコアフィ트니스 【ツアー】SUPテクニクde Seeding弁当	9:00 10:00 伊藤 13:00 14:00 伊藤 13:30 15:30 柏木 10:30 12:00 柏木	お散歩SUP シットオンカヤック ロングボードサーフィン2 シーカヤック	10:30 12:00 伊藤 10:30 14:30 伊藤 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 橋原	SUP入門 OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) SUP/バルコアフィ트니스 SUPスノーケル	9:00 10:00 伊藤 10:30 11:30 武藤 13:00 15:00 武藤 13:00 14:30 伊藤	OC前線 OC(入門/リラックス) SUPテクニク OC(リラックス&テクニク) SUP(リラックス&テクニク) OC(バルコアフィ트니스) シットオンカヤック入門 シットオンカヤック 【講習会】令和はじめてのオーシャンスイム初心者編	7:00 8:30 柏木 9:00 10:00 石川マコト 9:00 10:15 柏木 10:30 12:00 柏木 13:00 15:00 柏木 11:00 12:00 伊藤 10:00 11:30 大貫綾子	SUPスノーケル OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) RUN SWIM RUN padding with competitors SUP入門 【講習会】令和はじめてのオーシャンスイム初心者編	9:00 10:30 伊藤 9:00 10:00 折笠 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 18:00 20:00 伊藤
MOUNTAIN		はじめてのトレッキング 【海のイベント】チャレンジ湘南CIRCUIT!	10:00 11:30 みゆり 13:00 15:00 伊藤	トレイルランニング入門 【ツアー】現尾トレイルランニング合宿	14:30 13:30 伊藤 津田	トレイルランニング入門 【ツアー】現尾トレイルランニング合宿	9:00 10:00 伊藤 津田	CORE RUN トレッキング&スラックライン 【ツアー】ナイトリッキング@松元山	9:00 10:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 18:00 20:00 伊藤	トレイルランニング2 トレッキング10K	9:00 10:30 伊藤 13:00 14:15 伊藤	MTB(チャレンジ) アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:15 伊藤 13:00 14:15 伊藤
BEACH/STUDIO	23	24	25	26	27	28	29						
BEACH/STUDIO		ゆるめて流すyoga ヨガwzアロックス BEACH HULA(アラ)	9:00 10:15 Asca 10:45 12:00 yusuke 15:00 16:15 レイラニ	ピラティス 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 ria	ピラティス BEACH WORKOUT シタナナヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アシタナヨガガ ALL level TAI-CHI(太極拳) 循環気功	10:15 11:30 tomomi 13:30 14:45 青本 15:00 16:30 逆瀬川	みんなのヨガ BEACH FITNESS ピラティス 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ヨガ(自然との融合) アシタナヨガガ ALL level BEACH HULA(アラ) Yin(陰)ヨガ	8:00 9:15 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～	SUP入門 SUPスノーケル SUP(リラックス&テクニク) ロングボードサーフィン入門 スノーケル2	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 13:00 14:00 伊藤 14:15 15:45 武藤	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) お散歩SUP シーカヤック	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 橋原 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 橋原	オーシャンスイム入門 SUPスノーケル スレンジング① 【ツアー】湘南島トレイルフィニスイム	9:00 10:00 伊藤 10:30 11:30 武藤 13:00 15:00 武藤 13:00 14:30 伊藤	LB1入門 OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) SUP(リラックス&テクニク) シットオンカヤック 【ツアー】湘南島トレイルフィニスイム	9:00 10:15 みゆり 10:30 11:30 伊藤 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 武藤	OC(入門/リラックス) SUP入門 OC(リラックス&テクニク) SUP(リラックス&テクニク) シットオンカヤック SUP/バルコアフィ트니스 【ツアー】湘南島トレイルフィニスイム	9:00 10:00 石川マコト 10:30 11:30 伊藤 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柏木(藤) 武藤	お散歩SUP シットオンカヤック入門 OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) ロングボードサーフィン入門 padding with competitors SUP入門 SUN SET OC(リラックス) 【ツアー】SURF expedition	9:00 10:30 伊藤 9:00 10:00 折笠 9:00 10:00 柏木 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 18:00 20:00 伊藤
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:15 環	トレッキング10K	9:00 12:00 みゆり	トレイルランニング2	10:30 12:00 伊藤	CORE RUN Bare Footラン	9:00 10:00 伊藤	トレイルランニング3 Bare Footラン	9:00 12:00 津田 9:00 10:15 金城みどり	MTB入門 アウトドアファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 伊藤 13:00 14:15 伊藤

【注意】

- ※全てのプログラムは変更、キャンセルされる場合がございます。お出かけ前にBEACH ProgramTwitter(https://twitter.com/eachprogram)の確認をお勧めします。
- ※プログラムの参加予約は、Web予約システム(https://www.beachtown.co.jp/schedule/hayama)24時間可能、Eメール(yoyaku@beach-hayama.com)またはフロント電話(046-854-4046)にてご予約ください。
- ※プログラム予約のキャンセルは、前日17時までWeb予約にて手続きをお願いいたします。前日17時以降のキャンセルは、フロントへ連絡願います。Eメール(yoyaku@beach-hayama.com)でも受け付けます。
- ※シュノーケルセットのレンタルはございませんので各自でご用意ください。ご注文は、フロントにて承っております。
- ※ MOUNTAINプログラムに参加の方は、外履きシューズをご用意ください。その他、所持品の確認はフロントへ相談してください。