

BEACH葉山 プログラム 2018年 8月スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日						
		1	2	3	4	5	6						
BEACH/STUDIO		ビラティオン the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 柚木 10:30 11:45 伊藤 13:45 15:00 ra	ビラティス BEACH WORKOUT シクナナダヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アムタナヨガ日 ALL level TAI-CHI(次徳華) 循環気功	10:15 11:30 tamomi 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(自然との融合) アムタナヨガ日 ALL level BEACH HULA(フラ) 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 ra		
OCEAN		SUP(リラックス&テクニク) シートオンカヤック スノーケル2 SUP/バルコアフィネス	10:30 12:00 柚木 10:45 12:00 柚木 13:00 14:30 藤原 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 柚木	オーシャンスイム入門 SUPスノーケル ロングボードサーフィン2	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 10:00 11:30 みゆ	LB1入門 OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィネス	9:00 10:15 みゆ 10:30 12:00 柚木 13:00 15:00 柚木	OC練習 OC(入門/リラックス) SUPスノーケル OC(リラックス&テクニク) RUN SWIM RUN OC/バルコアフィネス	7:00 8:30 柚木 9:00 10:00 柚木 9:00 10:30 伊藤 10:30 12:00 柚木 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柚木	OC(入門/リラックス) LB1入門 お散歩SUP OC(リラックス&テクニク) SUP入門	9:00 10:00 伊藤 10:45 12:00 みゆ 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 15:00 16:00 伊藤		
MOUNTAIN		トレイルランニング入門 【ツアー】三浦半島ハンテング(MPH)	9:00 10:15 伊藤 9:00 15:00 みゆ	トレイルランニング2 トレッキング(のんびりコース)	9:00 10:30 津田 13:00 14:30 伊藤	CORE RUN	9:00 10:00 柚木	トレイルランニング(前田川)	13:00 15:00 伊藤	MTB入門 トレイルランニング2 スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:30 Shige 13:00 14:30 栗田 15:00 16:15 直		
	6	7	8	9	10	11	12						
BEACH/STUDIO		スローブレイク 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	ビラティオン the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 柚木 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アムタナヨガ日 ALL level TAI-CHI(次徳華) 循環気功	10:15 11:30 tamomi 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 【新着】7/20アスポートのピシオセラピー	9:00 10:15 タルン 10:30 11:45 タルン 14:00 15:15 伊藤 14:00 15:15 伊藤 15:30 17:30 藤本慎吾	BEACH日(自然との融合) アムタナヨガ日 ALL level BEACH HULA(フラ) 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 ra		
OCEAN		SUP入門 SUPテクニク ロングボードサーフィン2 SUP/バルコアフィネス	9:00 10:00 柚木 10:30 12:00 柚木 13:00 14:30 伊藤 13:00 15:00 柚木	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) SUPスノーケル ロングボードサーフィン2 シーカヤック	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柚木 13:00 15:00 武藤 13:00 14:30 伊藤	LB1入門 お散歩SUP スノーケル2 ロングボードサーフィン2	9:00 10:15 みゆ 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 武藤 13:00 14:30 伊藤	OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィネス SUPテクニク スノーケル2 OC(リラックス&テクニク) オーシャンスイム OC/サーフセッション 【ツアー】OCスノーケル&スキャンダイブ	10:30 12:00 柚木 13:00 15:00 柚木 9:00 10:15 柚木 10:30 12:00 石川マコト 12:30 13:30 伊藤 13:00 15:00 柚木 10:30 12:00 柚木/直藤	OC(入門/リラックス) OC(入門/リラックス) LB1入門 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 10:00 11:15 みゆ 10:30 12:00 伊藤 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柚木		
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:15 直	トレッキング トレイルランニング入門	9:00 10:15 津田 9:00 10:00 伊藤	CORE RUN 仙売山トレッキング	9:00 10:00 柚木 9:00 11:30 伊藤	トレッキング10K トレイルランニング2 アウトラックファンクショナルトレーニング	9:00 12:00 みゆ 9:00 11:30 伊藤	MTB(サレシ)	9:00 10:30 Shige 13:00 14:30 栗田 13:00 14:15 伊藤		
	13	14	15	16	17	18	19						
BEACH/STUDIO		ゆるめて流すyoga ヨガwzプロップ BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Asca 10:45 12:00 yusuke 15:00 16:15 レイラニ	ビラティオン the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 柚木 10:30 11:45 tan 13:45 15:00 ra	ビラティス BEACH WORKOUT シクナナダヨガ	9:00 10:15 shino 10:45 12:00 柚木 13:30 14:45 Satori	アムタナヨガ日 ALL level TAI-CHI(次徳華) 循環気功	10:15 11:30 tamomi 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(自然との融合) アムタナヨガ日 ALL level BEACH HULA(フラ) 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 ra
OCEAN		OC(入門/リラックス) スノーケル2 OC(リラックス&テクニク) SUP(リラックス&テクニク)	9:00 10:00 伊藤 9:00 10:30 藤原 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤	SUP入門 SUP(リラックス&テクニク) シートオンカヤック入門 ロングボードサーフィン入門 SUP/バルコアフィネス	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柚木 10:00 11:15 藤原 13:00 14:00 伊藤 13:30 15:30 柚木	LB1入門 ロングボードサーフィン2 【ツアー】OCスノーケル&スキャンダイブ	11:00 12:00 みゆ 13:00 14:30 柚木	OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィネス SUPテクニク スノーケル2 OC(リラックス&テクニク) シートオンカヤック入門 OC/サーフセッション 【ツアー】SURF expedition	10:30 12:00 柚木 13:00 14:30 柚木 9:00 10:15 柚木 10:30 12:00 石川マコト 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 柚木 7:00 17:00 渡辺健	OC(入門/リラックス) OC(入門/リラックス) LB1入門 OC(リラックス&テクニク) padding with competitors シーカヤック SUP/SET OC(リラックス)	9:00 10:00 伊藤 9:00 10:30 藤原 10:30 12:00 伊藤 13:00 15:00 伊藤 15:30 16:30 柚木		
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:15 直	トレッキング(ファットバーニングコース) Bare Footラン	13:00 14:30 藤原 9:00 10:15 津田	トレイルランニング入門	9:00 10:15 津田 9:00 12:00 みゆ	CORE RUN 【ツアー】I-16セーフティ回収ワーク(夏野菜!)	9:00 10:00 柚木 9:00 12:00 みゆ	トレイルランニング3 Bare Footラン	13:00 15:00 伊藤 9:00 10:15 金城みゆ	MTB入門 サンセットラン(リラックス) アウトラックファンクショナルトレーニング	9:00 10:15 Shige 16:00 17:00 伊藤 13:00 14:15 伊藤
	20	21	22	23	24	25	26						
BEACH/STUDIO		ゆるめて流すyoga ヨガwzプロップ BEACH HULA(フラ)	9:00 10:15 Asca 10:45 12:00 yusuke 15:00 16:15 レイラニ	ビラティオン the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 柚木 10:30 11:45 tan 13:45 15:00 ra	ビラティス BEACH WORKOUT シクナナダヨガ	9:00 10:15 shino 10:45 12:00 柚木 13:30 14:45 Satori	アムタナヨガ日 ALL level TAI-CHI(次徳華) 循環気功	10:15 11:30 tamomi 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(自然との融合) アムタナヨガ日 ALL level BEACH HULA(フラ) 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 ra
OCEAN		SUP入門 SUPテクニク SUP/バルコアフィネス 【ツアー】SUPテクニク de Sweets	9:00 10:00 柚木 10:30 12:00 柚木 13:45 15:00 柚木 13:00 15:00 伊藤	OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) お散歩SUP OC/バルコアフィネス 【講習】今年度は米子オーシャンスイム初心者講習	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柚木 13:00 14:30 伊藤 9:00 11:00 大貫映子	オーシャンスイム入門 お散歩SUP スノーケル2 【ツアー】南台湾SURF TRIP	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 13:00 14:30 伊藤 津田	SUPテクニク OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィネス	9:00 10:15 柚木 10:30 11:30 柚木 13:00 15:00 柚木	OC(入門/リラックス) SUP入門 OC/バルコアフィネス SUP(リラックス&テクニク) 【ツアー】南台湾SURF TRIP	9:00 10:00 柚木 9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柚木 10:30 12:00 伊藤 7:00 17:00 津田	OC(入門/リラックス) スキャンダイビング1 シートオンカヤック入門 シートオンカヤック ロングボードサーフィン入門 シーカヤックレスキュー練習 SUP(リラックス&テクニク) 【ツアー】南台湾SURF TRIP	9:00 10:30 伊藤 9:00 10:15 藤原 10:30 12:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 11:00 12:00 伊藤 13:00 15:00 伊藤 15:30 16:30 柚木
MOUNTAIN		スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:15 直	トレッキング10K Bare Footラン	9:00 12:00 みゆ 9:00 10:15 金城みゆ	トレイルランニング入門	15:00 16:00 伊藤	スロージョギング(歩くように走ろう!)	9:00 10:15 直	トレイルランニング3 Bare Footラン	13:00 15:00 伊藤 9:00 10:15 金城みゆ	MTB(サレシ) アウトラックファンクショナルトレーニング	9:00 10:30 Shige 13:00 14:15 伊藤
	27	28	29	30	31								
BEACH/STUDIO		スローブレイク 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	ビラティオン the BEACH ファンクショナルTRX Yin(陰)ヨガ	9:00 10:15 柚木 10:30 11:45 tan 13:45 15:00 ra	ビラティス BEACH WORKOUT シクナナダヨガ	9:00 10:15 shino 10:30 11:45 tan 13:30 14:45 Satori	アムタナヨガ日 ALL level TAI-CHI(次徳華) 循環気功	10:15 11:30 tamomi 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		
OCEAN		OC(入門/リラックス) OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィネス ロングボードサーフィン入門 【ツアー】RUNNING EXPEDITION	9:00 10:15 柚木 10:30 12:00 柚木 13:00 15:00 柚木 13:00 14:00 伊藤 6:00 18:00 武藤	SUP入門 SUP(リラックス&テクニク) スノーケル2 SUP/バルコアフィネス	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 柚木 13:00 14:30 伊藤 13:30 15:30 柚木	RUN SWIM RUN SUPスノーケル LB1入門	9:00 10:00 伊藤 10:30 12:00 伊藤 9:00 10:15 みゆ	LB1入門 OC(リラックス&テクニク) OC/バルコアフィネス	9:00 10:15 みゆ 10:30 12:00 柚木 13:00 15:00 柚木				
MOUNTAIN		トレッキング(のんびりコース)	14:30 16:00 伊藤	Bare Footラン	9:00 10:15 金城みゆ	トレイルランニング2	13:00 15:00 伊藤	CORE RUN	9:00 10:00 柚木				

【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 Program Twitter(https://twitter.com/beachprogram)の情報を台覧ください。
 ※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。
 ※シェナールセカンドのメンバーはごさいませんが各自で各自で用意ください。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。