

7月

ヨガ&ウェルネス スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 デイタイム 11:00 - 11:50 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	2 モーニングビーチ 8:00 - 8:50	3 オーシャンSUP 10:00 - 11:00 デイタイム 15:00 - 15:50 キャンドル&アロマ 19:30 - 20:20	4 デイタイム 11:00 - 11:50 オーシャンSUP 13:00 - 14:00 サンセットビーチ 18:30 - 19:20 ナイトSUP 19:20 - 20:20	5 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 オーシャンSUP 14:00 - 15:00	6 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	7 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 オーシャンSUP 16:30 - 17:30 サンセットビーチ 18:30 - 19:20 ナイトSUP 19:20 - 20:20
8 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 デイタイム 11:00 - 11:50 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	9 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 デイタイム 11:00 - 11:50 オーシャンSUP 13:00 - 14:00	10 オーシャンSUP 15:30 - 16:30	11 デイタイム 11:00 - 11:50 オーシャンSUP 15:00 - 16:00 サンセットビーチ 18:30 - 19:20 ナイトSUP 19:20 - 20:20	12 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 デイタイム 10:00 - 11:00 なびい塾 オーシャンSUP 16:00 - 17:00	13 デイタイム 11:00 - 11:50 オーシャンSUP 17:00 - 18:00 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	14 ナイトSUP 19:20 - 20:20
15 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	16 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 オーシャンSUP 10:00 - 11:00 デイタイム 15:00 - 15:50 キャンドル&アロマ 19:30 - 20:20	17 オーシャンSUP 10:00 - 11:00 デイタイム 15:00 - 15:50 サンセットビーチ 18:30 - 19:20	18 デイタイム 11:00 - 11:50 オーシャンSUP 13:00 - 14:00 サンセットビーチ 18:30 - 19:20 ナイトSUP 19:20 - 20:20	19 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 オーシャンSUP 15:00 - 16:00 サンセットビーチ 18:30 - 19:20	20 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	21 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 オーシャンSUP 10:00 - 11:00 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20
22 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 デイタイム 11:00 - 11:50 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	23 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 デイタイム 11:00 - 11:50 サンセットビーチ 18:30 - 19:20	24 モーニングビーチ 7:15 - 8:05 デイタイム 11:00 - 11:50 オーシャンSUP 15:30 - 16:30	25 デイタイム 11:00 - 11:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	26 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 オーシャンSUP 16:00 - 17:00	27 モーニングビーチ 7:15 - 8:05 オーシャンSUP 10:00 - 11:00 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	28 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 オーシャンSUP 10:00 - 11:00 ナイトSUP 19:20 - 20:20
29 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 アンティグラビティ 9:30 - 10:30 デイタイム 11:00 - 11:50 オーシャンSUP 17:00 - 18:00 サンセットビーチ 18:00 - 18:50 ナイトSUP 19:20 - 20:20	30 モーニングビーチ 8:00 - 8:50 オーシャンSUP 10:00 - 11:00	31 モーニングビーチ 7:15 - 8:05 オーシャンSUP 10:00 - 11:00 デイタイム 11:00 - 11:50				

プログラム名	レッスン時間	運動量	料金	集合時間	開催場所	予約締切時間	定員数
モーニングビーチヨガ	50分		¥1,620	レッスン開始10分前	ホテル前 タイガービーチ ※悪天候時はブルーリーフ内スタジオで開催	前日17:00迄	12名
オーシャンSUPヨガ	60分		¥6,000	レッスン開始20分前	ホテル前 タイガービーチ ※悪天候時は開催中止	午前便 前日17:00迄 午後便 開催3時間前迄	8名
トワイライトSUPヨガ ナイトSUPヨガ(7.8月)	60分		¥6,000	レッスン開始10分前	ガーデンプール ※悪天候時は開催中止	開催3時間前迄	6名
洋上フローティングヨガモーニングクルーズ	50分		¥4,320	レッスン開始 20分前	ホテル前 タイガービーチ ※悪天候時は開催中止もしくは屋内ヨガに振替	前日17:00迄	4名
アンティグラビティフィットネスヨガ	60分		¥3,780	レッスン開始10分前	ホテル前 タイガービーチ ※悪天候時は開催中止もしくは屋内ヨガに振替	前日17:00迄	7名
サンセットビーチヨガ	50分		¥2,160	レッスン開始10分前	ホテル前 タイガービーチ ※悪天候時は開催中止もしくは屋内ヨガに振替	開催3時間前迄	12名
デイトタイムヨガ	50分		¥2,160	レッスン開始10分前	ホテル2F ブルーリーフ内スタジオ	前日17:00迄	12名
キャンドル&アロマヨガ	50分		¥2,810	レッスン開始10分前	ホテル2F ブルーリーフ内スタジオ	開催3時間前迄	10名
アクアセラピーWATSU	50分		50分 ¥10,000 10:00~20:00	レッスン開始時間20分前に ブルーリーフ受付	ホテル2F ブルーリーフ内プール	前日17:00迄	予約時による
	60分		60分 ¥13,000 8:00~9:00				

当日の天気、海洋状況により内容変更や中止になる場合がございます。
 レンタルウェア男女共に貸出しを行っております。数に限りがございますので事前予約をお願い致します。
 SUPヨガはスパゾーン「ブルーリーフ」利用料込となります。SUPヨガご参加後にブルーリーフご利用頂けます。(ブルーリーフクローズの24:00迄)
 【ブルーリーフ営業時間 浴室6:00~24:00 屋内プール・ジム9:00~21:00】

ホテルモントレ沖縄スバ&リゾート内1Fマリンカウンタータイガービーチリゾートクラブ TEL 098-993-5052

