

May

Activities Schedule

¥ 有料プログラム K お子様向け
 <お問合せ>
 ご宿泊者=内線9番 / ビジター=098-901-1111 (代)

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
						1 11am -11:30am バトルシップ(K) 2pm -2:30pm シーサーペインティング(K)¥ 3:30pm -4pm ぶかぶかゲーム(K) 5pm -5:30pm バトルロープワークアウト 強度★★★
2 10:30am -11am バランスボールエクササイズ 強度★ 11am -11:30am ビーチフラッグ(K) 2pm -2:30pm 美ら海ペインティング(K)¥ 3:30pm -4pm バトルシップ(K)	3 11am -11:30am シューティングゲーム(K) 2pm -2:30pm エイサー太鼓作り(K)¥ 3:30pm -4pm 水上玉入れ(K) 6pm -6:45pm サンセットヨガ 強度★	4 11am -11:30am ウォーターストラックアウト(K) 2pm -2:30pm 手作りフォトフレーム(K)¥ 3:30pm -4pm 水中トレジャーハント！	5 11am -11:30am バトルシップ(K) 3:30pm -4pm バルーンアート(K)	6 11am -11:30am ぶかぶかゲーム(K) 3:30pm -4pm 思い出マグネット作り(K)¥	7 11am -11:30am シューティングゲーム(K) 3:30pm -4pm シーサーペインティング(K)¥	8 11am -11:30am バトルシップ(K) 3:30pm -4pm 水中トレジャーハント！ 5pm -5:30pm マーシャルシェイプ 強度★★
9 10:30am -11:15am ガーデンヨガ 強度★ 11am -11:30am 水中トレジャーハント！(K) 3:30pm -4pm シーサーペインティング(K)¥	10 11am -11:30am ウォーターストラックアウト(K) 3:30pm -4pm 手作りフォトフレーム(K)¥	11 11am -11:30am 水上玉入れ(K) 3:30pm -4pm ハンドメイドアクセサリー(K)¥	12 11am -11:30am ぶかぶかゲーム(K) 3:30pm -4pm 美ら海ペインティング(K)¥	13 11am -11:30am シューティングゲーム(K) 3:30pm -4pm エイサー太鼓作り(K)¥	14 11am -11:30am シャボン玉遊び(K) 3:30pm -4pm バルーンアート	15 11am -11:30am バトルシップ(K) 3:30pm -4pm ぶかぶかゲーム(K) 5pm -6pm シーサイドランニング 強度★★
16 10:30am -11:15am ガーデンヨガ 強度★ 11am -11:30am ビーチフラッグ(K) 3:30pm -4pm 美ら海ペインティング(K)¥	17 11am -11:30am シューティングゲーム(K) 3:30pm -4pm エイサー太鼓作り(K)¥	18 11am -11:30am ウォーターストラックアウト(K) 3:30pm -4pm バルーンアート(K)	19 11am -11:30am ぶかぶかゲーム(K) 3:30pm -4pm 手作りフォトフレーム(K)¥	20 11am -11:30am 水中トレジャーハント！(K) 3pm -3:30pm 思い出マグネット作り(K)¥	21 11am -11:30am シャボン玉遊び(K) 3pm -3:30pm シーサーペインティング(K)¥	22 11am -11:30am バトルシップ(K) 3:30pm -4pm 水中トレジャーハント！ 5pm -5:30pm バトルロープワークアウト 強度★★★
23 10:30am -11am バランスボールエクササイズ 強度★ 11am -11:30am 水中トレジャーハント！(K) 3:30pm -4pm シーサーペインティング(K)¥	24 11am -11:30am ウォーターストラックアウト(K) 3:30pm -4pm 手作りフォトフレーム(K)¥	25 11am -11:30am 水上玉入れ(K) 3:30pm -4pm ハンドメイドアクセサリー(K)¥	26 11am -11:30am ぶかぶかゲーム(K) 3:30pm -4pm 美ら海ペインティング(K)¥	27 11am -11:30am 水中トレジャーハント！(K) 3:30pm -4pm エイサー太鼓作り(K)¥	28 11am -11:30am シャボン玉遊び(K) 3:30pm -4pm バルーンアート(K)	29 11am -11:30am バトルシップ(K) 3:30pm -4pm ぶかぶかゲーム(K) 6:15pm -7pm サンセットヨガ 強度★
30 10:30am -11am リラクゼーションストレッチ 強度★ 11am -11:30am ビーチフラッグ(K) 3:30pm -4pm 美ら海ペインティング(K)¥	31 11am -11:30am シューティングゲーム(K) 3:30pm -4pm エイサー太鼓作り(K)¥					

<キッズアクティビティ詳細>

※予約不要。一部を除き参加無料。
 ※コロナウイルス感染防止の為、混雑状況により、参加人数を制限させていただくことがありますので、ご了承ください。
 有料プログラムに関しては、先着3名様までとさせていただきます。

集合場所：ラグーンプールサイド
 ぶかぶかゲーム → 魚釣り、ヨーヨー釣りにボールすくいゲーム。すくって当たりを取るとプレゼントがもらえるかも。
 プレイグラウンドタイム → ミニゴルフ、ストラックアウト、ホッピング、フリスビー等々いくつかのゲームやおもちゃをご用意しております！ご自由にお楽しみください。
 シューティングゲーム → 水鉄砲で的当てゲーム！的を撃ちぬいてプレゼントをもらおう！
 手作りフォトフレーム → 貝殻などを飾り付けて、世界に一つしかないフォトフレームを作ろう（有料：¥800）
 美ら海ペインティング → 素焼きのジンベイザメやマンタに好きな色を塗ってみよう（有料：¥2,200〜）
 ハンドメイドアクセサリー → ガラスドームに、自分の好きなパーツを閉じ込めてオリジナルアクセサリー作り。※ネックレスorヘアゴム（有料：¥800）
 思い出マグネット作り → マグネットに美ら海を詰め込んで♪（有料：¥1,000）
 エイサー太鼓作り → 段ボール素材を使用し、沖縄のエイサー太鼓を作ろう！（有料：¥500）
 お正月遊び → 伝統的なお正月の遊び(こま回し、羽子板、竹とんぼなど)を楽しみましょう！！

<注意> すべてのアクティビティに対して、未成年者の方のご参加は必ず保護者様の同伴で参加をお願いします。
 雨天の場合は開催場所の変更、もしくは中止となる場合は事前にお知らせします。

<一般アクティビティ詳細>

※要予約。
 ※コロナウイルス感染防止の為、各プログラム、参加人数を最大定員8名に制限をさせていただきます。
 ※各プログラム開始時間の5分前までに集合してください。

受付・集合場所：カスケードプール タオルカウンター ※各プログラム開始時間の5分前までに集合してください。
 開催場所：カスケードプール横 ガーデンエリア
 参加対象者：16歳以上の健康な方
 予約受付終了時間：ズンバ、空手体験：開始時刻の2時間前 / その他プログラム：開始時刻の30分前
 シーサイドランニング → レベルに合わせて3kmのアラハコースまたは4〜6kmの砂辺コース。
 バトルロープワークアウト → 両手にロープを1本ずつ持ち、蛇がうねる動きのようにリズムカカルに上下に動きます。
 本気で燃やす！ HIT (高強度インターバルトレーニング) → 「短時間X高強度」の筋トレ。
 ミニボールコア → ミニボールを使用した、コア(体幹部)トレーニング。
 ズンバ → 老若男女問わずアップビートリズムに合わせて楽しくシェイプアップ。
 マーシャルシェイプ → キックボクシングやボクシングなどの格闘技を取り入れたエクササイズ。
 空手体験 → 空手発祥の地、沖縄で空手体験！初めての方でも気軽に体験できる。

お問合せ：ご宿泊者=内線9番、ビジター=098-901-1111 (代) までご連絡ください。
 <注意> すべてのプログラムは先着順となりますので、事前のご予約をお勧めします。
 雨天の場合は開催場所の変更、もしくは中止となる場合は事前にお知らせします。 ※雨天時の開催判断は午前のプログラム=前日18:00に決定、午後のプログラム=当日12:00に決定

