



2023



SUP YOGA

糸ヶ浜海浜公園にて

サップに好条件な糸ヶ浜で、サップヨガを開催します!

自然の中で楽しく遊びながら、体幹は鍛えられ、心は解放されます。

サップ初体験の方も安心してご参加いただける内容です。海と一体になる心地よさを肌で感じましょう!



開催日程 (受付時間までにご来店を! 受付時刻の20分後から海へ移動します。)

月	日	曜	開催 番号	サップヨガ&サップ		ナイトビーチヨガ	
				受付	終了	受付	終了
7	16	日	#01	7:00	9:00		
			#02	17:00	19:00		
7	17	月	#03	7:00	9:00		
7	22	土	#04	8:00	10:00		
			#05	11:00	13:00		
7	23	日	#06	9:00	11:00		
			#07	12:00	14:00		
7	29	土	#08	16:00	18:00		
			#09			19:00	20:30
8	5	土	#10	7:00	9:00		
			#11	10:00	12:00		
8	6	日	#12	8:00	10:00		
			#13	11:00	13:00		
8	11	金	#14	16:00	18:00		
			#15			19:00	20:30
8	12	土	#16	16:30	18:30		
8	13	日	#17	16:30	18:30		
8	18	金	#18	9:00	11:00		

月	日	曜	開催 番号	サップヨガ&サップ		ナイトビーチヨガ	
				受付	終了	受付	終了
8	19	土	#19	7:00	9:00		
			#20	10:00	12:00		
8	20	日	#21	8:00	10:00		
			#22	11:00	13:00		
8	21	月	#23	9:00	11:00		
			#24	12:00	14:00		
8	26	土	#25	16:00	18:00		
			#26			19:00	20:30
8	27	日	#27	16:00	18:00		
			#28			19:00	20:30
8	31	木	#29	スーパームーン		19:00	20:30
9	2	土	#30	7:00	9:00		
			#31	10:00	12:00		
9	3	日	#32	8:00	10:00		
			#33	11:00	13:00		
9	4	月	#34	9:00	11:00		
			#35	12:00	14:00		

サップヨガとサップ体験がセットになったコースです。
オプションで、ナイトビーチヨガを開催します。ナイト
ビーチヨガは当日参加もお受けします。
予約の際は、コース名と、開催番号を申し付けください。

参加費

サップヨガ&サップ体験 6,000円(税込)
ナイトビーチヨガ 2,000円(税込)
*マリンシューズ 300円(税込)
*ヨガマット 400円(税込)

受付: 糸ヶ浜サップテラス
住所: 日出町大神6842糸ヶ浜海浜公園内
(公園内) 駐車場、温水シャワー、トイレあり
(店内) ロッカーあり

講師 平野紗代

ホットヨガスタジオLAVA
トップインストラクター



お問い合わせ
お申込みは

糸ヶ浜サップテラス

電話: 080-5252-7744(ライン可)

メール: itogahama@cosmode.com



itogahama_sup_terrace

平野紗代InstagramDM

平野紗代メール: sayo.lava@gmail.com



sayo.hirano_topir

糸ヶ浜サップテラスご利用案内

～サップヨガとビーチヨガ～

www.itogahama.com

2023年6月16日(更新版)

<ご予約方法>

- * お電話、LINE、ホームページのお問合せ欄、E-mail、でご連絡ください。(ご来店時の予約も可能です)

<当店からの返信>

- * ご送信より24時間以内に返事いたします。急ぎのときは、いつでもお電話ください。(営業時間外可)

<キャンセルの場合>

- * お客様都合によるキャンセルは、予約日の前日までに連絡ください。
- * 天候により当店で中止と判断する場合には、雨雲予報レーダーをもとに決定し、なるべく速やかにご連絡いたします。例えば、中止になる場合は、
 - ① 台風の接近による場合→前日早めに連絡可能
 - ② 強風、高潮による場合→前日夜9時までにご連絡
 - ③ 大雨による場合 →前日夜9時までにご連絡

<ご利用条件>

- * 中学生は保護者又は引率者同伴でご来店ください。
- * 飲酒、体調不良の方、医師から特別な注意を受けている方の利用はお断りいたします。

<受付>

- * 来店後、エントリー用紙の記入、清算、着替えの順に準備をすすめていきます。
- * 当店には鍵付きロッカーがありますので、利用可能ですが、店内には貴重品を持ち込まないでください。紛失、破損に関して当店は一切の責任を負いかねます。ロッカーのカギは必ず店員に預けてください。何度でも開け閉め可能です。

<服装、当日必要なもの> (一部箇条書きです)

- * フライヤーの写真、当ホームページの写真をご参照ください。
 - ① 下は水着、ラッシュガードなど濡れても動きやすいもの。デニムなど厚手生地ものは重くなるため、不向きです。
 - ② 上はTシャツ、ラッシュガードなど濡れても重くないものを。
 - ③ 足の保護のため、マリンシューズを別途レンタルしています。(税込¥300/足です)
 - ④ ビーチサンダル、底の厚いサンダル、プラスチック製靴は、使用不可。
 - ⑤ 眼鏡、サングラスの利用者は、紛失防止のためバンド装着。(当店にて無料貸し出し可)

- ⑥ 日焼け止め
- ⑦ 金属製のアクセサリ、小物は身に付けない。
- ⑧ 海に出る前、衣服のポケットの中を空にする。(車の鍵など)
- ⑨ 身分証明書(例：マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、学生証)が必要です。

<シャワー、着替え、お手洗い>

- * 海浜公園内のシャワールームをご利用ください。温水シャワーも設置しています。(温水3分/¥100 一旦停止可能)
- * 店内にドライヤーを置いています。
- * お手洗いは、シャワールームと別の場所にあります。

<ホテルソラージュ大分・日出の特典>



- * 日帰り温泉入浴の営業時間の情報を掲載。
- * 温泉利用のクーポン情報も。

<器材、備品のご利用とご注意>

- * レンタル中に器材を破損、紛失した場合は、その修理代、備品代を正当な価格で請求させていただきます。
- * 当店スタッフの指示に従ってもらえない場合、迷惑行為と判断した場合はレッスン参加を中止してもらいます。
- * レッスン中に生じた怪我や事故に関して、当店には、一切責任がないものとさせていただきます。(当店の過失によるもの以外)
- * レッスンの途中で体調不良になりそうな場合は、速やかにお知らせください。
- * 管理棟にはAEDや簡単な救急用品、救護室があります。

<医療機関>

- * 最寄りの病院：サンライズ酒井病院 0977-72-2266です。

<ナイトビーチヨガについて>

- * 持ち物：ヨガマット、動きやすい服装、水500ml以上、汗拭きタオル
- * ヨガマットのレンタル可(数量限りあり)(税込¥400です)
- * あれば便利：虫よけ

ご来店をお待ちしています！

