October			Activities Schedule						▼ Paid Program ※要子約 K For Kids <inquiries>Stay Guests=Dial 9 / Visitor=098-901-1111</inquiries>			
SUNDAY	SUNDAY		TUESDAY		WEDNESDAY		THURSDAY 16		FRIDAY		SATURDAY 18	
							11:00am 11:30am	ぷかぷかゲーム(K)	11:00am 11:30am	トレジャーハント(K)	8:15am 8:45am	SUPIクササイズ¥ 強度★★☆
							3:30pm 4:00pm	バルーンアート(K)	3:30pm 4:15pm	美ら海ペインティング(K)¥	11:00am 11:30am	シューティングゲーム(K)
									5:00pm 5:30pm	バランスボール エクササイズ¥ 強度★☆☆	3:30pm 4:15pm	手作りフォトフレーム(K)¥
19		20		21		22		23		24		25
SUP体験コース¥ 45am <mark>強度★</mark> ☆☆	11:00am 11:30am	水上コーンホール(K)	11:00am 11:30am	モンスターゲット!(K)	11:00am 11:30am	ストラックアウト(K)	11:00am 11:30am	シューティングゲーム(K)	11:00am 11:45am	思い出マグネット作り(K)¥	8:15am 8:45am	SUP体験コース¥ 強度★☆☆
DOam 水上かけっこ(K)	3:30pm 4:00pm	ヨーヨー釣り(K)	3:30pm 4:15pm	手作り 貝殻キーホルダー(K) <mark>¥</mark>	3:30pm 4:15pm	手作り ジェルキャンドル(K)¥	3:30pm 4:15pm	うちなークラフト(K)¥	3:30pm 4:00pm	シャポン玉遊び(K)	11:00am 11:30am	バトルシップ(K)
50pm シーサー Spm ペインティング(K)¥									4:45pm 5:30pm	サンセットヨガ¥ 強度★☆☆	3:30pm 4:15pm	手作り 貝殻アクセサリー(K)¥
26		27		28		29		30		31		
I5am SUPIクササイズ¥ 45am 強度★★☆	11:00am 11:30am	スーパーボールすくい(K)	11:00am 11:45am	貝殻クラフト(K)¥	11:00am 11:45am	思い出マグネット作り(K)¥	11:00am 11:30am	トレジャーハント(K)	11:00am 11:30am	ゴーストハント(K)		
Oam Oam	3:30pm 4:15pm	手作り ジェルキャンドル(K)¥	3:30pm 4:00pm	シューティングゲーム(K)	3:30pm 4:00pm	ぷかぷかゲーム(K)	3:30pm 4:15pm	粘土で作る シーサーランプ(K)¥	2:30pm 3:00pm	ストラックアウト(K)		
Opm 美ら海ペインティング(K)¥									3:30pm 4:00pm	ハロウィンビンゴ(K)		

貝殻クラフト 手作り貝殻キーホルダー

| 大数の制限がこといます。 | ポッパーガンで的当てゲーム!高得点を狙ってプレゼントをもらおう! モンスターゲット! トレジャーハント ぷかぷかゲーム ブールの周りや、草むらに隠れてしまったモンスターを皆で探し出そう! ブールの中や、草むらに隠れてしまった卵を探します。 魚釣り、ヨーヨー釣りにボールすくいゲーム。みんなは何個とれるかな? フロート輪投げや風に飛ばされてくるおもちゃをキャッチし、高得点を狙おう! 温、離れた。点数板をめがけて、ビーンバックという場を投います。 とそで繋がっている2個のボールをラダー(ハシゴ)に向かって投げ、得点を競います 水に浮かぶ5mのマットの上を走り抜けて、ゴールを目指そう! コーンホール ラダーボール 水に浮かべられた旗を取れるのは誰かな?

(特別プログラム) ※天候により、プログラム内容を変更することがございます。

(31日) ハロウィン

プールの中や、草むらに隠れてしまったおばけを探しだそう! 11:00-11:30 ゴーストハント 2:30-3:00 ストラックアウト ボールを投げて9枚のパネルを打ち抜くゲーム!ハロウィンバージョンに変身! 3:30-4:00 ハロウィンビンゴ

<u>主意>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。雨荒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わ知らせします。</u>

テ化テイ注音 (神1)> ※要事約 ※最低遂行人数2名 お問合せ: ご宿泊者=内線3番 ビジラ・=○98-901-1111(代)までご連絡ぐださい。 料金: 宿泊者 100の円(税2)、ビジラ 2000円(税2)、※一部、料金が異なるプログラムがございます。 受付・集合場所: インドアブール タブルカウンター 別権場所: カンドアブール タブルカウンター カログラムによって異なります。 参加対象者: ||信蔵以上の健康な方

予約受付終了時間: 開始時刻の30分前

凝り固まった全身の筋肉をバランスよく伸ばし、心身ともにリラックスした状態へと導きます。(30分) 両手にロープを1よずつ待ち、蛇がつおる動きのようにリズミカルに上下に動かします。(30分) キッツボウングやボウンソウなどの格闘技を取り入れたエクササイズ。(30分) パランスポールで体験のインナーマッスルを刺激し、体のかけみを指正します。(30分) 初めての方でも大歓迎です。夕陽をバッツに、やさしいヨガでリラックス。(45分) 凝しく動として、大歌迎です。夕陽をバッツに、やさしいヨガでリラックス。(45分) 楽しく動とこで体の機能も向し、誰でも自然と類はこれ。コロカニカラ与もリフッシュ。(45分) ※最低遂行人数4名 ご自身のレベルに合わせて選べる3kmのアラハコースまたは4~6kmの砂辺コースをご用意しております。(所受時間) コン練書からカルージング、基準をマスターしたら、パランメゲームにも挑戦してみましょう!(30分 3.500円) SUPの上で、簡単な筋トレに挑戦!(30分 3.500円) リラクゼーションストレッチ バトルロープワークアウト マーシャルシェイブ バランスボールエクササイズ サンセットヨガ フィットネスキャンブ シーサイドランニング SUP体験コース SUPIクササイズ SUP YOGA

SUPの基礎を練習した後、YOGAのポーズに挑戦していきます。(45分 4.500円)

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♪(¥1,500)

マンボンドモンジの (〒1,500) 最級などを飾り付けて、世界に一つしかないフォトフレームを作ろう(¥1,500) 素焼きのジンペイザメやマンタ、シーサーに好きな色を塗ってみよう。 ジンペエザメ・マンタ(¥2,000)、シーサーペア(¥2,500) 手作りフォトフレーム 美り海・ シーサーペインティング 粘土で作るシーサーランプ うちなークラフト 粘土をランプの周りに付けながら成形し、シーサーの形を作っていきます。(¥1,500)

沖縄では海への赤土流出対策の為、畑の周囲に植えられるイネ科の植物'ベチバー'。 この葉を編んで、壁掛け飾りやブレスレット作りに挑戦してみよう!(¥500) ハンドメイドジェルキャンドル

この来に確認さ、当まればかけ、アレウレア、ドルビの場という。 カラーサンドやいさねオブジネをプリルキャンドルに関い込めて、オリジナルキャンドルを作ってみよう! ガラスのブラスチックパーツ2個付(¥2,000) 色々な形の貝殻を組み合かせて、シーサーや塩を作うう! (¥1,500) 好きの貝巻で通路が、貝殻を可変く飾り付け! キーボルダーにして、思い出を持ち帰ろう! (¥1,000)

キッズ水泳教室(※対象・小学生~中学生 定員・3名) 初心者コース 泳げるようになりたい方向け。パタ足、けのび等。(30分) 中級者コース 4泳法の中からご参加当日の皆様のレベルに合わせて、1種目練習を行います。内容はその日によって異なります。(30分)





