

September

Activities Schedule

Paid Program ※要予約 K For Kids
 <Inquiries> Stay Guests = Dial 9 / Visitor = 098-901-1111

SUNDAY		MONDAY		TUESDAY		WEDNESDAY		THURSDAY		FRIDAY		SATURDAY	
		1		2		3		4		5		6	
		11:00am 11:30am	モンスターゲット！(K)	11:00am 11:30am	ウォーターフラッグ(K)	11:00am 11:30am	水上バスケットボール(K)	11:00am 11:30am	ストラックアウト(K)	11:00am 11:45am	美ら海ベインティング(K) ¥	8:15am 8:45am	SUP体験コース ¥ 強度★★★
		3:30pm 4:00pm	シューティングゲーム(K)	3:30pm 4:15pm	粘土で作る シーサーランプ(K) ¥	3:30pm 4:00pm	バルーンアート(K)	3:30pm 4:15pm	シーサー ベインティング(K) ¥	3:30pm 4:00pm	水上コーンホール(K)	11:00am 11:30am	水上玉入れ(K)
												3:30pm 4:00pm	トレジャーハント(K)
7		8		9		10		11		12		13	
8:15am 9:00am	SUP YOGA ¥ 強度★★★	11:00am 11:30am	シューティングゲーム(K)	11:00am 11:30am	水上かけっこ(K)	11:00am 11:45am	シーサー ベインティング(K) ¥	11:00am 11:30am	水上バスケットボール(K)	11:00am 11:45am	思い出マグネット作り(K) ¥	8:15am 9:00am	SUP エクスサイズ ¥ 強度★★★
11:00am 11:30am	ストラックアウト(K)	3:30pm 4:00pm	シャボン玉遊び(K)	3:30pm 4:15pm	貝殻クラフト(K) ¥	3:30pm 4:00pm	ぶかぶかゲーム(K)	3:30pm 4:15pm	手作りフォトフレーム(K) ¥	3:30pm 4:00pm	モンスターゲット！(K)	11:00am 11:30am	水運び競争(K)
3:30pm 4:15pm	手作り ジェルキャンドル(K) ¥											2:30pm 3:00pm	ボール投げゲーム(K)
												3:30pm 4:00pm	水上かけっこ(K)
14		15											
8:15am 8:45am	SUP体験コース ¥ 強度★★★	11:00am 11:45am	ハンドメイド アクセサリー(K) ¥										
10:30am 11:00am	水上ハードルリレー(K)	3:30pm 4:00pm	バトシップ(K)										
11:30am 12:00pm	水上アスレチックゲーム(K)												
3:30pm 4:00pm	水風船投げ(K)												

集合場所：インドアプールカウター ※プログラムにより開催場所が異なります。
 <無料プログラム>
 ※無料プログラムは予約不要。混雑状況により参加人数の制限がございます。
 ※無料プログラムは予約不要。混雑状況により参加人数の制限がございます。
 シューティングゲーム
 モンスターゲット！
 トレジャーハント
 ぶかぶかゲーム
 ふわふわゲーム
 コーンホール
 ラダーボール
 水上かけっこ
 ウォーターフラッグ
 (有料プログラム) ※要予約
 ※混雑状況により、参加人数を制限させていただきます。ご了承ください。
 ハンドメイドアクセサリー
 思い出マグネット作り
 手作りフォトフレーム
 美ら海
 シーサーベインティング
 粘土で作るシーサーランプ
 うちなクラフト
 ハンドメイドジェルキャンドル
 貝殻クラフト
 手作り貝殻キーホルダー
 レジンを使って、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。 ※ネットワークヘアゴム(¥1,000)
 マグネットに美ら海を詰め込んで♪(¥1,500)
 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(¥1,500)
 素焼きのジンバイゲマやマンタ、シーサーに好きな色を塗ってみよう。
 ジンバイゲマ(¥2,000)、シーサー(¥2,500)
 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、壁掛け飾りやプレスレト作りに挑戦してみよう！(¥500)
 カラーサンドや小さなオブジェをジェルキャンドルに閉じ込めて、オリジナルキャンドルを作ってみよう！ガラスorプラスチックパーツ2個付(¥2,000)
 色々な形の貝殻を組み合わせて、シーサーや亀を作ろう！(¥1,500)
 好きな貝一つ選んで、貝殻を可愛く飾り付け！キーホルダーにして、思い出を持ち帰ろう！(¥1,000)

(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。
 (13日)
 11:00-11:30 水運び競争
 2:30-3:00 ボール投げゲーム
 3:30-4:00 水上かけっこ
 (14日)
 10:30-11:00 水上ハードルリレー
 11:30-12:00 水上アスレチック
 3:30-4:00 水風船投げゲーム
 大きなスポンジを使ってプールの水を運んでみよう！どのチームが勝つか？
 陸上競技のハンマー投げのように、うまボールを遠くまで飛ばしてみよう！
 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！
 プールに浮かぶ、ハードルに見立てた障害物を走って飛び越えよう！
 大きなプロトト道具が出現！不安定な水の上で、バランスを取りながらゴールを目指そう！
 誰が一番、遠くまで水風船を飛ばせるかな？

<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ご参加をお願いいたします。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いたします。

<一般アクティビティ詳細 (有料) ※要予約 ※最低参加人数2名
 お問合せ： 宿泊者＝内線9番 / ビジター＝098-901-1111(代)までご連絡ください。
 料金： 宿泊者 1,000円(税込)、ビジター 2,000円(税込) ※一部、料金異なるプログラムがございます。
 受付・集合場所： インドアプールカウター ※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： プログラムにより異なります。
 参加対象者： 16歳以上の健康な方

予約受付終了時間： 開始時刻の30分前
 ラグゼー・ジャンストロップ
 バトルロープワークアウト
 マーシャルシェイプ
 バランスボールエクササイズ
 サンセットヨガ
 フロントステップ
 シーサイドランニング
 SUP体験コース
 SUPエクササイズ
 SUP YOGA
 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とします。(30分)
 両手にロープを1本ずつ持ち、蛇がねる動きのようにバネカカムリ上下に動かし、(50分)
 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。(50分)
 バランスボールで体幹のインナーマッスを刺激し、体のゆがみを矯正します。(30分)
 初めの方でも大歓迎です。夕陽をバックに、やさしいヨガでリラックス。(45分)
 楽しい心で体の機能を向上し、誰でも自然と笑顔になれる、ココロもカラダもリフレッシュ。(45分) ※最低参加人数4名
 ご自身のレベルに合わせて選べる5kmのアラハハコースまたは6kmの砂辺コースをご用意しております。(所要時間 約1時間)
 立つ練習からランニング、基礎をマスターしたら、バランスゲームにも挑戦してみよう！(30分 3,500円)
 SUPの上で、簡単な筋トレに挑戦！(30分 3,500円)
 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)

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。バタ足、足のび等。(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)

<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いたします。 ※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

