

立って乗るサーフボード

# SUP サップヨガ YOGA

マホロバ & S-RIDE タイアップ企画  
初夏のキャンペーン

お試し価格  
お一人様

# ¥3,500

(消費税・保険料込み)

サップ  
SUPは初めて!  
ヨガは初めて!  
の方でも安心。

7/1 [sat]・8 [sat]・11 [tue]・15 [sat]・17 [mon]・22 [sat]・25 [tue]・29 [sat]

8/1 [tue]・5 [sat]・8 [tue]・11 [fri]・12 [sat]・13 [sun]・15 [tue]・16 [wed]  
19 [sat]・22 [tue]・26 [sat]

【時間】 9:30～11:00 ☆の7/17、8/11・13は13:00～14:30になります。※雨天・荒天の際は中止となります。



## サップ ところで「SUP」って何?

スタンドアップパドルボードという名の通り、上に立ってかい(パドル)を漕いで水上散歩する、マリンスポーツ愛好家に人気急上昇中のボードです。乗ったまま釣りを楽しんだり、愛犬や子供を乗せて遠出したりと幅広く楽しめます。



## サップ 「SUPヨガ」って難しい?

SUPの人気の理由は、誰でも気軽に始められるということです。ボードに立つことができれば、あとは呼吸法や簡単なヨガポーズで少しずつ体を慣らしていきます。常にバランスをとろうとするので体幹が鍛えられ、運動効果も抜群です!

## 【持ち物】

●水着(濡れてもいい恰好) ●着替え ●タオル ●ビーチサンダル ●日焼け止め ●飲料(お茶、スポーツドリンク)  
(あったら便利な物) マリンシューズ、帽子、水分補給バックパック、ラッシュガード、携帯防水パック、偏光サングラス  
※最少催行人員：2名(最大10名まで) ※雨天・荒天の際は中止となります。

寒い日でも安心!  
レンタルウェットスーツ  
1着...¥1,000 (税込)



SUPヨガ以外にも  
様々なアクティビティ  
をご用意!



ウィンドサーフィン



BBQ



シーカヤック



カタマランヨット

お問い合わせ・ご予約は

サップ

## マホロバSUPヨガスクール

(受付は提携先 S-RIDE(エスライド)となります)

tel.080-4333-4172

(046-889-3828) 携帯電話の方が繋がりがよくなっております

SUPエリアは波の立たない穏やかな場所です

S-RIDE  
三浦オーシャン  
スポーツセンター



セブンイレブン 三浦海岸駅

ホテルマホロバ  
マインズ三浦



マホロバより車で5分



三浦海岸駅より徒歩で22分  
マホロバより徒歩で18分