	ビーチ・クリーニング	ビーチストレッチ&メディテーション	マインドフル・ウォーキング	サステナビリティトーク&対話会	ウェルネスワークショップ	ZENイーティング	エシカルショップ散策	（番外）坐禅会
	材木座ビーチ			光明寺書院	大町会館	MMO協力レストラン	MMO協力ショップ	寺
6:00								円覚寺 暁天坐禅会 （毎朝）
6:30								
7:00								
7:30	7:30-8:15 Beach Clean							
8:00								
8:30		8:15-9:00 Beach Stretch & Meditation						
9:00	9:00-9:45 Beach Clean		9:00-9:30 Mindful Walk (各自)					
9:30								
10:00		9:45-10:30 Beach Stretch & Meditation		10:00 - 11:30 ハチドリーズ 井上綾子x general store 藤井麗美 Love in Action トーク & 対話会	10:00-11:30 tennen 綿花 「種取り」ワークショップ	各自OpenZenアプリのZenEatingを聴きながら、朝食や昼食をお好きな場所で黙食してください。	各自で、鎌倉のエシカルショップを散策ください	
10:30	10:30-11:15 Beach Clean with 有本奈緒美さん		10:30-11:00 Mindful Walk（各自）					
11:00								
11:30		11:15-12:00 Beach Stretch & Meditation						
12:00			12:00-12:30 Mindful Walk (各自)					
12:30				12:30-14:00 湘南クリーンエイド 高田誠一 x 有本奈緒美 ワークショップ &対話会				
13:00					13:00-14:30 水野みち x 小林朋恵「IDGs (Inner Development Goals) Being－ 自己のあり方を見つめる」ワークショップ			
13:30								円覚寺 選仏土曜坐禅会 （初めての方）
14:00								
14:30				14:30-16:00 イノベーション デザイン 石関太朗 トーク&対話会				円覚寺 選仏土曜坐禅会 （2回目以降の方）
15:00					15:00-16:30 工藤煉山 「尺八から学ぶ自分を取り戻す呼吸の極意」 尺八演奏&ブレスワーク			
15:30								建長寺 坐禅会
16:00								
16:30								