

# ヨガ好き女子Yukoさんの平日スケジュール @ BBELS

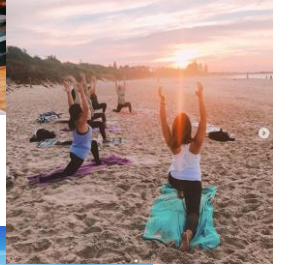
## ♡ 5:30 起床

学生寮のシングルルームに滞在しました。バイロンベイは環境が綺麗なせいか鳥がたくさん住んでいて、朝は目覚まし時計の代わりになるほど鳥の声が聞こえます。部屋は日当たりもよく、部屋にファンもついているので暑い夏でも快適に過ごせます。学校から自転車で7分というロケーションは何よりうれしいポイントです。



## ♡ 6:00 ビーチでサンライズヨガ

滞在している学生寮から自転車で10分のメインビーチにてみんなで集まります。朝のビーチは人が少なく静かなのでヨガするには最適です。サンライズを見ながら砂浜でするヨガはスタジオヨガより100倍気持ちがいいです！



## ♡ 7:15 お気に入りのカフェで朝食

バイロンベイに来てからというもの、カフェ巡りにはまりました。バイロンベイのカフェはどこもインスタ映えするところばかりで毎回アップするのが楽しいです！カフェの店員もフレンドリーに話しかけてくれるので朝からスピーキングの練習にもなります。

## ♡ 9:00 BBELS授業

BBELSの先生は面白い人が多いです。担任のPrue先生にはたくさんオーストラリアジョークや言い回しを教えてもらえました。木曜日の朝の授業時は近くのファーマーズマーケットに行く課外授業もあり、楽しく英語が学べます。

## ♡ 10:30 モーニングブレイク

休み時間は学生寮の延長予約の相談や、生活相談など、学校スタッフに相談する時間にあてることが多いです。時間がある時は学校に併設されてるカフェでおいしいコーヒーを飲むこともあります。

## ♡ 12:30 ランチタイム

前日の夕御飯の残りを持ってくることも多いですが、学校に大きなキッチンが付いているので休み時間クラスメートと一緒に作ってランチシェアをすることもあります。お金もセーブできるし、いろんな国の料理が楽しめます。



## ♡ 13:30 BBELS授業（選択授業）

初めのころは文法の基盤を固めたかったので、گرامマークラスを取っていました。途中でアウトプットのスキルを高めようと思い、スピーキング&ポキャブラリークラスを取りました。他のレベルの人と絡めるのでスピーキングクラスは刺激になります。

## ♡ 15:30 スクールアクティビティのヨガに参加

日本での経験を活かし、BBELSでヨガを教えられることになりました。前日に一通りインストラクションを英語でどのように言うのか調べて練習する必要があるけれど、それもいい勉強になってます。学校のヨガクラスを通してクラスが違う生徒とも友達になれます。



## ♡ 16:30 ビーチでまったりサンセットを見る

バイロンベイにはサンセットが良く見えるスポットがたくさんあります。こんなにきれいなビーチで夕焼け&夕日が見れる生活は幸せです。毎回サンセットを見るたびに心が浄化され、前向きな気分になしてくれます。



## ♡ 19:00 学生寮のみんなと晩御飯

学生寮のキッチンには何でも揃っているので料理にも困りません。炊飯器もありますよ！みんなで食べるご飯は美味しいし、英語で話せる環境をいつも作る心構えは大切です。

## ♡ 21:00 宿題をサクッとこなす

BBELSの先生はほぼ毎日宿題を出してくれます。宿題をこなすこなさないかで英語の伸びに関係してくる感じます。学校の学校の学習だけでは足りないところもあるので（特にインプット）宿題や自習の時間は大切にしています。ライティングの練習だと思って英語で日記も書いています。ある程度たまったところで先生にみてもらっています。



## ♡ 22:30 消灯

バイロンベイに来て早寝早起きが習慣になり、本当に健康な生活を送れていると感じます。体調がよくなったせいで肌もきれいになりました。街のお店が6PMには閉まってしまうと、住宅街の街頭は皆無に近いので夜無駄に出歩かなくなりました。当たり前だけど東京では感じられなかった「夜になると眠くなる」が自然にできるようになりました。



# サーフィン大好き女子Aikoさんの週末スケジュール @BBELS

## SATURDAY

♡ 7:00 起床

学生寮に滞在しています。ツインルームだったので英語を話す機会が多くて良かったです。

♡ 8:30 バイト

リゾートホテルのクリーナーの仕事をしています。時給も良いし、ストレスフリーな環境なので楽しく仕事できています。一緒に働いている他のスタッフはオーストラリア人はじめ、ブラジル人やスペイン人が多くインターナショナルな雰囲気です。

♡ 13:30 お気に入りのカフェで友達とランチ

パイロンベイにはお洒落なカフェがたくさんあります。パイロンベイに来てアサイボールにはまりました。友達と行くことが多いですが、どのカフェもふらっと一人でも入れる雰囲気です。

♡ 14:00 タウンをぶらぶら

日本に比べオーストラリアはサーフボードが安いです。パイロンベイにはたくさんかわいいサーフショップがあるのでサーファー女子にとっては買い物天国です。スパーやアフエンズなどのパイロンベイブランドのお店は、ショップのインテリアもオシャレです。どこかで必ず誰かがバスキングをやっているのが街の中でいい音楽も聞こえます。街中にあるストリートアートを探して写真を撮るのも楽しいです。

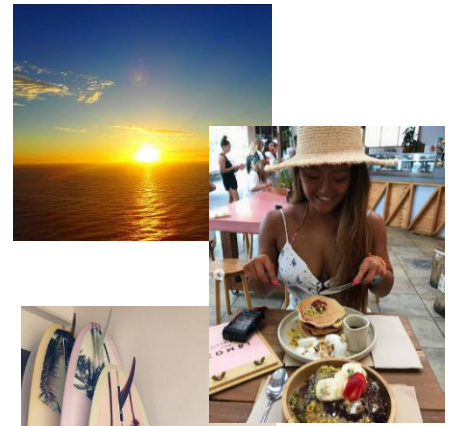
♡ 17:00 サンセットサーフィン

パイロンのお水はきれいで心地よく、夏時は20:30まで海に入れます。今では当たり前になってしまうほど、かなりの頻度でイルカに遭遇します。サーフィンを通してサーフ仲間もたくさんできました。私はロングボードなのでPassビーチによく行きます。

♡ 19:00 学生寮でまったり。

宿題をやったり、リビングルームでみんなでテレビを見たり。私の学生寮には大きなベランダが付いていたので、そこでみんなでお話することもあります。週末は出かけている生徒が多いので、キッチンが独り占めして使えるチャンス！来週のご飯をまとめて作り置きすることが多いです。

♡ 22:00 次の日に備え早めに消灯



## SUNDAY

♡ 6:00 起床

♡ 6:30 サンライズサーフィン

朝早い海の水はより一層綺麗です。人も少ないので朝サーフィンが一番好きです。朝日を浴びながらいい波に乗れた時の幸せ感は言葉では伝えきれません。海をみながらぼーっとすることもあります。

♡ 9:00 部屋の掃除や洗濯

学生寮には掃除当番が決まっています。各自担当した場所を掃除します。共同エリアの点検は平日にあるので、点検の日の前日ですが、自分の部屋の掃除は週末にすることが多いです。学生寮には洗濯機も付いて無料で利用できます。

♡ 10:00 パイロンマーケット

パイロンマーケットは街の中心でやっています。洋服から雑貨やお花まで売っています。毎週末にパイロンベイ周辺のいろいろなところでマーケットが行われていますが、気軽に行けるので私はパイロンマーケットによく行きます。お土産を買ったりギフトを買うには最適な場所です。

♡ 14:00 スーパーへ買い出し

私はパイロンベイ以外のサーフポイントも周りたかったので中古の車を購入しました。車を持っていると何かと便利です。生活用品が必要な時はパイロンベイから車で25分くらいのパリナというところに買い出しに行くことが多いです。(車がない場合はバスで行くことができますよ。)

♡ 17:00 友達とご飯

夜は外食するとお金が掛かるので、お友達の家で一品ずつ持ち寄りDinner会をすることが多いです。この日は気の合う女子が集まってたくさんおしゃべりを楽しみました。

♡ 23:00 消灯

