



初級乗馬教室(1期)

手軽に乗馬を体験してみませんか。初歩から、基本から指導員が親切に指導します。異なった視界が開けますよ。
ご参加をお待ちしております。

日 時 平成 21 年 5 月 21 日(木)・28 日(木)・6 月 4 日(木)・11 日(木)・18 日(木)
全 5 回 14:00~16:00 (小雨実施・雨天順延)(初日は13:00~)

会 場 三ツ沢公園馬術練習場

募集人数 9 人 (応募者多数の場合抽選)

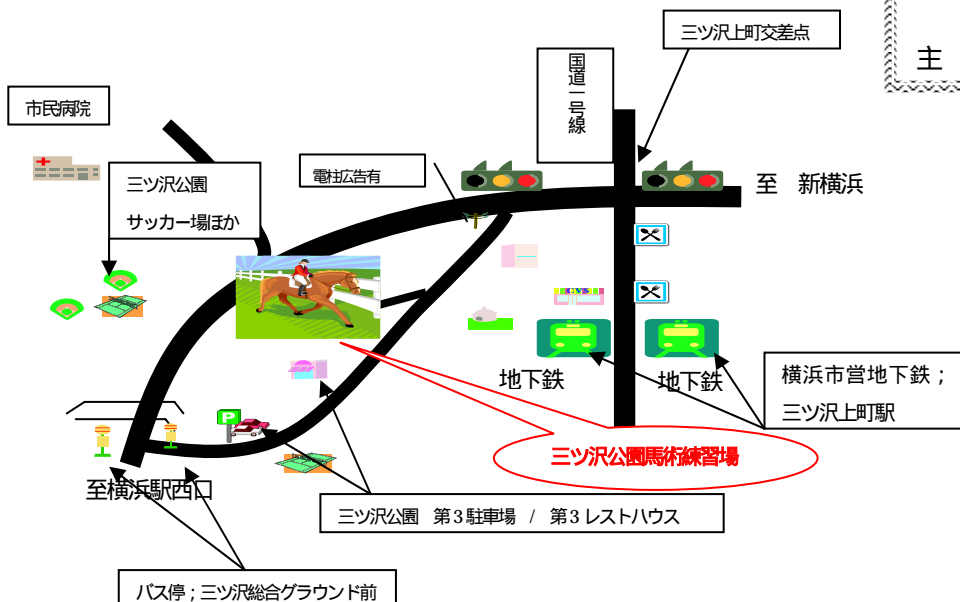
対象者 横浜市在住・在勤・在学の初心者(高校生以上)。

受講料 8,000 円 (傷害保険料を含む)

申込方法 往復はがきに郵便番号・住所・氏名・性別・年齢・電話番号を書き、
5 月 12 日(月)【必着】までに下記へお申込ください。(1 人 1 枚のみ)

申込先・問合せ先 NPO 法人横浜市馬術協会
〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町 1 1 - 2 6 三ツ沢公園馬術練習場
Tel 311-0789/Fax 311-0780

主 催 横浜市市民活力推進局
財団法人横浜市体育協会
主 管 NPO 法人 横浜市馬術協会



交通案内

電車 横浜市営地下鉄三ツ沢上町駅
徒歩 5 分(上り坂あり)
バス 横浜駅西口バスターミナル
6~10 番乗り場「三ツ沢
総合グラウンド前」下車
車 第 3 京浜 「三ツ沢」「鶴見・
反町」出口より、首都高横羽線
「三ツ沢」より 1 分
車の場合は公園内市営、第 3 駐車場をご
利用下さい。

エンジョイスports事業「初級乗馬教室」実施内容（変更の場合有り）

1 日目

開校式と講義（テキスト使用）。
馬の手入れと馬具の取扱い。
常歩での馬上体操。

2 日目

馬の手入れと馬具の装着。
常歩での馬上体操。
調馬索での速歩体験。

3 日目

馬の手入れと馬具の装着。
常歩での馬上体操。
調馬索での軽速歩練習。

4 日目

馬の手入れと馬具の装着。
常歩での馬上体操。
調馬索での軽速歩練習。
余裕があれば調馬索を外します。

5 日目

馬の手入れと馬具の装着。
常歩での馬上体操。
調馬索での軽速歩練習。
もし参加者の皆様に余裕があれば・・・
調馬索を外し3頭部班による常歩。
速歩、方向変換等もチャレンジします。



1 日目～4 日目
調馬索練習風景



最終日
3 頭部班にチャレンジ
（平成 18 年第 2 期）