

「乗馬がもう少し上達する」勉強会

皆さん、乗馬をするときどんなことに気を配り練習していますか？

前回の「乗馬がもっと楽しくなる勉強会」の内容をもう少し掘り下げて、ちょっとした気配りで、乗馬がもう少し上達するヒントを提供します。乗馬をもう少し上達したい皆さんの参加をお待ちしています。

日時：平成 20 年 1 月 20 日(日) 午後 1 時～3 時

会場：神奈川県立スポーツ会館 2F 会議室（別紙地図参照）

横浜市神奈川区三ツ沢西町 3 - 1 045 - 311 - 0653

講師：芝山 研文 日本馬術連盟公認国内審判員（馬場馬術・障害飛越）/ 日本体育協会公認馬術コーチ

対象：乗馬愛好家、乗馬に興味のある方（NPO 会員以外の方でも可）

会費： 500 円（テキストあり）

定員：50 名（定員になり次第締め切ります）

申込方法：FAX もしくは E-MAIL ; ycr@01.246.ne.jp にてお名前・連絡先を記入の上、お申込下さい。お支払いは当日会場にて受付ます。

主催：NPO 法人横浜市馬術協会

テーマ 1：「馬場馬術の練習のポイントと競技出場まで」

- ・乗馬を楽しむとき、馬術的な練習をする時、大会へ出場するとき、これはぜひ知っててください。

テーマ 2：「トレーニングスケール～練習する時、ここに気をつけて！」

- ・「リズム、コンタクト、推進力、真直性、柔軟性、コレクション」について

テーマ 3：「馬の動きと馬術用語を理解すると広がる乗馬の楽しさ！！」

- ・馬の構造から見る速歩（はやあし）・駈歩（かけあし）の動作と乗り方
- ・神経反射から見る騎手の扶助の伝達と馬の反応。
- ・馬術用語噛み砕き「Q & A」

テーマ 4：「馬の動きを自分自身で体験してみよう！！」

テーマ 4 は 2 月に体育館を利用してユニークな内容で開催予定です。会場および日程は未定ですが、確定次第、別途みなさまにお知らせします。体育館シューズと運動できる服装で、二人一組でご参加下さい。



横浜駅西口バスターミナルより ~ 番乗り場より、市営または相鉄バスに乗車。（但し、一部不可路線あり）「三ツ沢総合グラウンド」下車、徒歩 1 分