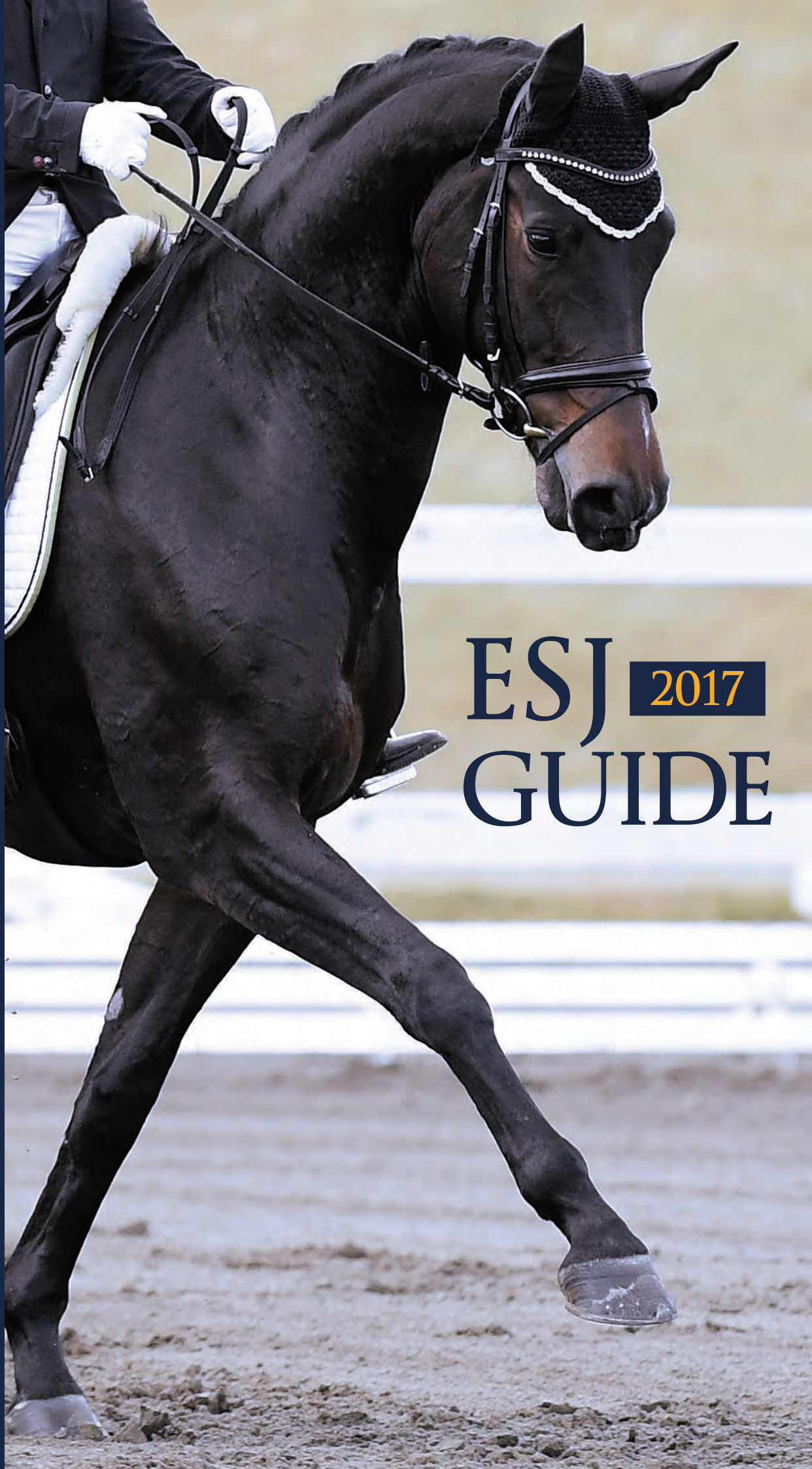
Equitation School Japan



# ESJ 2017 GUIDE

ESJ
since2003

# ESJはこんな学校です

エクイテーションスクールジャパンは、
乗馬上達のためのノウハウと、馬と共に生きる喜びを提供する乗馬学校です。
ここには日本全国から乗馬を愛する幅広い年齢層の方々が集い、
独自の上達理論に基づき体系立てられたカリキュラムに沿って、
乗馬を楽しく学んでいます。
悩みを持つ方も、もっと楽しみたい！という方も、ぜひESJで体験してみてください。
きっと新しい乗馬ライフが始まります。

## 1 上達のしくみを教えます

乗馬上達のカギは、そのしくみを知ることです。
ESJはすべての講座に講義があり、みなさまの理解を助け、効率的に上達へと導きます。

## 2 バランスインムーブメントで上達を実感します

世界でもっとも注目されている騎乗理論「バランスインムーブメント（BIM）」は、ライダーが自分自身でバランスを見つけていく画期的な方法です。ESJはすべてのインストラクターがBIMに精通しており、本物のBIMを体験できる日本で唯一の乗馬学校です。

## 3 世界的なエキスパートが指導します

本場ヨーロッパでも普段受けることのできない世界的なエキスパートの指導が受けられます。BIMの提唱者であるスザンヌ・フォン・ディッツェ女史、ドレッサージュトレーナーのドイツマイスター、ヤン・トレプトゥ氏など、インターナショナルな指導者が定期的に来日し、レッスンや講習会を開催しています。

## 4 学んだことを復習できます

ESJの講座では新しい知識や馬上での正しい感覚が得られます。それを所属のクラブでも活かせるようアドバイスします。また、カルテや騎乗DVDをお渡しします(※)ので、学んだ事を復習し、習得していく事ができます。
（※ 一部お渡ししていない講座もあります。）

## 5 ESJの騎乗レベルの考え方

初心者 － 0鞍から軽速歩ができるレベル。
初級者 － 3種の歩様（常歩、速歩、駈歩）についていける。基本的な図形ができる。
中級者 － 3種の歩様でバランスよく乗れる。移行がきちんとできる。ある程度ハミ受けができる。
上級者 － 収縮運動ができる。

## 6 ESJにはこんな講座があります

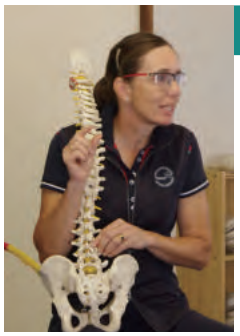
| | 初心者 | 初級者 | 中級者 | 上級者 |
|---|---|---|---|---|
| 1日講座 | ＥＳＪスタンダード、マンツーマンレッスン | | | |
| | | | ドイツ馬術講座 | |
| | | スザンヌ女史のクリニック | | |
| 合宿講座 | | 集中合宿 2日間・3日間 | | |
| | ビューティフルシート合宿 | | 小淵沢合宿 | |
| 年間講座 | ＢＩＭ研究コース | | ＢＩＭスペシャルコース | |
| | | ESJジュニアコース | | |

# ESJ の講師

## ヤン・トレプトゥ氏　ESJ専属エグゼクティブトレーナー

1971 年生まれ
1989 年　ベライター（ドイツ公認トレーナー）取得
1989 年～ パニッシュの乗馬学校でインストラクター＆トレーナーとして活躍
1994 年～ ルドルフ・ツァイリンガー氏に師事
1995 年～ ゲオルグ・テオドレスキュー氏に師事
1999 年　独立
2002 年　マイスター（師範）資格取得。
　　優秀者のみに贈られるメダル、シュテンスベックを授与される。
2002 年　初来日

カナダ、イギリス、日本、韓国、ドイツ各地でクリニックを開催している。トレーナーとしてグランプリレベルまで調教している。さまざまな調教法に精通し、あらゆるタイプの馬の調教を手がける。英語でレッスンを行なう（日本語通訳あり）。
騎乗姿勢はまさに「生きる教科書」



## スザンヌ・フォン・ディッツェ女史　ESJ専属エグゼクティブインストラクター

1993年　著書「バランス　イン　ムーブメント」を発表
1999年　英語版が出版される。ドイツ馬連でビデオ化され、世界的な認知を得る
2004年　初来日
2009年　2冊目の著書「Rider & Horse Back to Back」を出版

ドイツ出身。両親は共に乗馬インストラクターであり、German Kuratorium という乗馬療法の協会設立者という、乗馬一家に育つ。理学療法士であり、特に背中や股関節に関する問題についての専門家である。また、現役の馬術選手であり、審判員でもある。ジャイロトニックにも精通している。ドイツ国内のみならず、アメリカ、フランス、オーストラリア、スウェーデン、ノルウェー、フィンランド、デンマーク、オーストリア、ハンガリーなど、世界各地で講習会を開催している。日本では2004年、ESJの招きにより初来日。以来、年間2～3回のペースで来日し、講習会などを行っている。現在イスラエル在住。

## 小宮山 修氏　ESJ専属エグゼクティブインストラクター

1969 年生まれ。中学3年生の時、障害飛越を始め試合デビュー。
山梨県代表として、国体優勝11回を含む19年連続入賞。
全日本選手権では優勝6回、入賞多数。
2002 年プサンアジア大会では団体金メダルを獲得。
毎年行われる人気講座、小淵沢合宿や、ESJジュニアの専属コーチも務める。
山梨県馬事振興センターで職員として活躍後、現在、( 株) ホースブリッジの取締役。

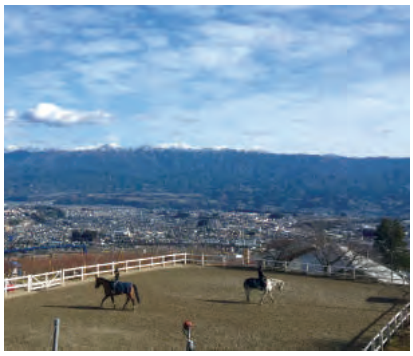
## 永見　一平　ESJ校長

ESJ校長。日本トレッキング代表。
1995年よりドイツ・イギリスへ馬術留学。英国馬術協会公認インストラクター。
2003年、ESJ創立。
2004年、スザンヌ女史の来日を実現させ、以来バランスインムーブメントの普及活動を行なっている。インストラクター向けの講座や、1日講座なども開催し、指導にあたる。馬術を包括的に指導します。
2016年、全日本馬場馬術大会　Mクラス優勝

# Equitation School Japan
乗馬学校エクイテーションスクールジャパン

飯田校　since 2003

ESJ 飯田本校は、1976 年設立の日本トレッキングを母体にして 2003 年に設立されました。子供たちのためのポニーキャンプから、初心者のための楽しい乗馬、経験者のための本格的な馬術まで、幅広く乗馬を楽しんでいただけるように、様々な講座やコースをご用意しております。



## ESJ飯田本校の特長

初心者から上級者まですべてのライダーを受け入れています。本格的に乗馬を学ぶ年間コースから、カントリーライフも楽しみながらステイできる合宿プラン、気軽に日帰りできる半日講座など、様々なニーズに合わせたコースをご用意しております。悩みを持つ方も、もっと楽しみたい！という方も、ぜひ一度いらしてください。
乗馬の魅力を再発見できるでしょう。

### 年間コース
- バランスインムーブメントを体系的に学ぶ　BIM 研究コース
- 海外合宿や全日本ジュニア出場を目指す　ESJジュニアコース

### 特別講座
- BIM 提唱者によるスペシャル講座　スザンヌ女史のクリニック
- ドイツマイスターから馬術の真髄を学ぶ　ドイツ馬場馬術講座

### 個別の課題に取り組みたい方の随時開催講座
- オーダーメイドのクリニック　ESJ スタンダード（日帰り）
- ステイしながら集中的に上達を目指す　集中講座（2 日間・3 日間）

など

日本トレッキング　since 1976

## ポニーキャンプ　子供のための子供の合宿

**春休み、夏休み、冬休みの年3回開催しています。**

**馬に乗ったことのない子も大丈夫！**

日本トレッキングのポニーキャンプは“馬によるトータルな人間教育”を目的として創立されました。キャンプでは各自に“持ち馬”が与えられ、朝の飼い付けから、手入れ、掃除にいたるまで、すべての世話を子供たちが行います。初心者から乗馬経験者まで、さまざまな年齢、国籍の子供たちが、大自然の中で馬と密着した生活を送りながら、生き物に対する愛情、責任感やリーダーシップを育み、共同生活によって新しい友を作り、そして、ちょっぴりたくましくなれる楽しいキャンプです。

## COUNTRY HOTEL MY PONY HOUSE

目の前には馬場があり、その奥には南アルプスの大パノラマが広がっております。
馬と美しい山々を眺めながらごゆっくりおくつろぎ下さい。
※ホテル全館禁煙

客室：10 部屋
（和室 1 部屋 / 洋室 9 部屋）

## RESTAURANT Lampe de vallée　レストラン ランプドバレー

眼下に広がる夜景と遥かなる南アルプスの山並み、大自然の恵み、美味しい水と空気・・・南信州産の新鮮で安全な食材をふんだんに使い心のこもったおもてなしをご提供します。

ランチ：シェフおすすめランチコース
ディナー：本日のおすすめディナーコース
旬の食材を使用した各種単品メニューもお楽しみいただけます。
パスタ・ピッツァ・リゾット等

ご予約・アクセスなどは 10 ページをご覧ください。

ライダーも指導者も、馬にかかわる全員が、
真剣に、前向きに馬術を学べる理想的な環境。
そしてその中心には健康で生き生きとした馬たちがいる・・・。
そんな夢を実現するために、2016年7月、ESJ千葉校は開校しました。

## ESJ千葉校の特長

### メンバー制

じっくり乗馬の進歩を目指していけるように、ESJ千葉校では少人数のメンバーシップで運営しています。メンバーの期間は5年で、その後は3年毎の更新になります。
また、月会費はすべて騎乗料に充てられます。

### レッスン

ESJ千葉校のレッスンは、校長が指導プランや上達のためのプログラムを立て、それに基づいて指導を進めていきます。
短期的に達成できることと、長期的な視点から取り組むべきこと。これらを馬術理論を熟知している校長がレッスンの中で見つけ出し、それを指導員と生徒に伝え、指導員と校長、生徒がチームとなってひとつずつ取り組み、課題をクリアしていくシステムです。
さらに、スザンヌ女史やドイツマイスターのヤン氏など、エキスパートのレッスンも定期的に受けられます。

### 馬

「良馬は最良の師なり」
ESJ千葉校では、Mクラス以上で入賞実績のあるドイツ産のドレッサージュホースにも乗ってレッスンを受けることができます。
素晴らしい感触やシャープな反応を馬からもらって感覚を養い、自分のシートや体の動きに対する取り組みは、おとなしいスクールホースで行う…。
このような組み合わせをしながら本当の進歩を目指していきます。レベルが上がってくれば、競技会出場も可能です。

### 施設・設備

ここでは、馬の環境を最優先に考えています。
広く快適な馬房、サンシャインパドック、暑さや湿気にも対応したエアコン付き厩舎、筋肉を冷やすことなく手入れができるソラリウム、十分な広さの放牧地…。
そして、馬の肢に良いドイツの砂を使い、地下から自動的に水位を調整して常に最適な状態を保つEbb＆Flowシステムを採用したメイン馬場。毎年少しずつ手を加えてさらに良くしていきます。
人のための空間も、レストスペースやロッカー、シャワールームなど、ぜいたくではありませんが、快適な場所を提供しています。

メイン馬場

パドックと厩舎

厩舎入口

ソラリウム（遠赤外線馬体乾燥機）

**第2期メンバー10名を募集しています！**

**2月より体験レッスンを受付けます。**
**環境、馬、指導の質を体験してください！！**
**詳しくはお問い合わせください。**

### アクセス

車　：東関東自動車道酒々井ICより5km 約10分
電車：総武本線JR八街駅下車（千葉駅より30分）2km
　　駅より路線バス千葉交通宇津木堀下車 400m
バス：東京駅から酒々井アウトレット行きのバスで50分、そこから4km
　　成田駅からのバスも出ています。

乗馬学校　エクイテーションスクールジャパン 千葉校　　住所：千葉県八街市文違 301-3840
お問い合せは、飯田本校 0265-25-8700へ

外国人講師による特別講座

ESJでは、年間を通じて豊富な内容の講座・レッスンを開催しています。

BIM理論の提唱者スザンヌ女史のスペシャル講座

50鞍以上の方 | 1日講座

# スザンヌ女史のクリニック＆セミナー

## 5月13日(土)～21日(日)・10月14日(土)～22日(日)

世界中でクリニックを行っているスザンヌ女史の講義やレッスンは、ライダーに喜びを与え、乗馬に対するモチベーションを高めてくれます。レクチャーで馬上での体の正しい使い方や動きを理解し、レッスンでライダーのリズム、バランス、柔軟性を改善してより軽い扶助で乗れるように導きます。分かりやすく、ためになって、楽しく学ぶことができます。
『乗馬ってこんなに面白いスポーツなんだ！』と再認識できる講座です。

だれもが馬上で笑顔になる！
あなたのカラダとココロに新しいムーブメントを起こします！

受講料：◆1day クリニック 64,800 円　◆2day クリニック 129,600 円　◆マンツーマン 43,200 円　優待割引あり

ドイツ人マイスターから馬術の真髄を学ぶ

中級者以上 | 1日講座

# ドイツ馬術講座 6月1日(木)～5日(月)・11月3日(金)～6日(月)

馬場馬術の本場ドイツからマイスターを招聘。ESJ だけの特別講座です。デモンストレーション騎乗と講義で各回のテーマを解説し、マンツーマンレッスンで一人一人の課題に取り組みます。1dayクリニック参加者には講師の騎乗 DVD を差し上げます。

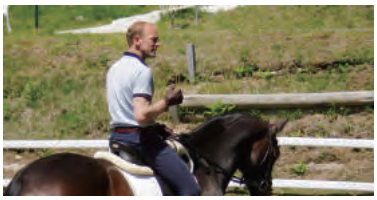
**01 アナライズレッスン** マイスターがあなたの騎乗レベルと特徴を分析しアドバイスを与えます。

**02 マンツーマンレッスン** 自分の取り組みたいことをリクエスト。みっちりレッスンを受けられます。

**03 講師のデモンストレーション** 馬の動きの解説を聞きながら見ることが出来るので、運動の組み立て方、さまざまな運動とその扶助について分かりやすく学ぶことができます。

**04 レクチャー** 学んだことを整理し、理解を深めます。

**05 マイスターの騎乗 DVD 付き** 講師のデモンストレーション騎乗を DVD にしてお渡しします。ライブで観たその感動をご自宅で何度でも再現できます。



受講料：◆1day クリニック 54,000 円　聴講のみもできます。13,000 円 / 日　◆マンツーマン 43,200 円

**自馬トレーニング** 自馬を持ち込み、トレーニングとレッスンを行うこともできます。

＊日程・料金などは変更になる場合があります。　＊すべての講座で傷害保険料が別途必要となります。

本気で上達を目指す方の年間講座

悩むより学ぼう!!乗馬上達体感コース

初級〜中級者　年間講座

# バランスインムーブメント研究コース

## 2月25日開講・2月27日開講・9月24日開講　全10回（月1回）

土曜コース　月曜コース　日曜コース

ESJが自信を持ってお勧めする年間講座。
バランスインムーブメント（BIM）の理論を学びながら、馬上でのバランスを見つけ、馬に軽い扶助で乗っていくことを実践していきます。BIM提唱者のスザンヌ女史が騎乗シートをビデオ分析し、ESJ教官と共にあなたの進歩のためのプログラムを作成します。10代から70代まで、50鞍から20年選手まで、年間60名以上の方が受講されるその秘密！それは、上達のしくみに沿ったプログラムだからです。より良いバランスを見つけることで乗馬は驚くほど進歩し、優雅なライディングを楽しめます。本当に上手になりたい、と思っている方ならレベルは問いません。

### エキスパートのサポート
### 第4回講座ではスザンヌ女史が直接指導！

BIMの提唱者スザンヌ女史があなたの騎乗を直接指導！詳細なシート分析をし、1年間の取り組むべき課題をアドバイスします。
また、校長による定期的な騎乗のチェック、ESJ教官によるレッスンビデオの解説、個別カウンセリングなど、エキスパートが上達をしっかりサポートいたします。

### 講義と実習を組み合わせた
### 充実のカリキュラム

**聞く**　馬上での正しい動きはどのようにすればできるのか、講義や地上での実習を通じて理解を深めます。

**見る**　毎回レッスンをビデオ撮影し、体で体験したものを目で見て確認していきます。

**試す**　調馬索レッスンで自分のシートとバランスに集中して取り組み、テーマレッスンでは扶助について学んでいきます。

受講料：◆月曜コース 378,000円（入校金54,000円を含む）　◆土曜・日曜コース 432,000円（入校金54,000円を含む）

**どこまでも続く、進歩への道**　BIM研を1年以上、ベーシック乗馬マスターコースを2年以上受講された方は、校長専属のBIM研スペシャルコースに進むことができます。

おうちでも！乗馬進歩

# バランスインムーブメント3部作完全日本語版DVD

乗馬大国ドイツのベストセラーDVD、バランスインムーブメントシリーズの完全日本語版で、
あなたの乗馬に対する理解、意識を高めましょう！

### ◆バランスインムーブメント

名著「Balance in Movement」を初めて映像化したDVD第1弾。正しい座りとは何か、またバランスやシートを改善するための様々なエクササイズを紹介しています。

6,500円

### ◆ライダーズエクササイズ

バランスインムーブメントのセンセーションから15年。
満を持して発売された「Rider and Horse Back to Back」のエッセンスを映像化したDVD。
人馬一体のための様々なヒントとエクササイズが凝縮されています。

6,500円

### ◆バランスインムーブメント2

ライダーズエクササイズと同じく「Rider and Horse Back to Back」を基にした最新DVD。様々な練習方法を紹介し、馬を乗りやすくするためのヒントが満載！

6,500円

ESJでは、年間を通じて豊富な内容の講座・レッスンを開催しています。

# 楽しみながら上達したい！Golden Week 合宿

## 3種目にチャレンジ！競技場で経路を踏む。一流講師による指導。

3種の歩様を確実にコントロールできる方・2泊3日

### 小淵沢合宿

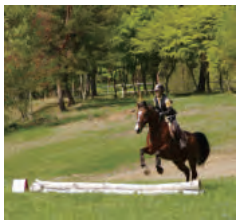
Part1 5月3日(水)～5日(金) ・ Part2 5日(金)～7日(日)

ワンランク上の技術習得を目指す方のためのスーパー合宿です。馬場馬術・障害・クロスカントリーそれぞれの分野の一流講師がそのテクニックを余す所なく伝えます。また ESJ が誇るドイツ産競技馬でのレッスンもあり、本物のドレッサージュホースの感覚も体験することができます。馬場・障害・クロスカントリーのすべての種目にチャレンジすることで、馬のコントロール、バランスの向上が期待できます。
最終日には経路実習も行います。全日本も開かれる馬場やコースで思いっ切りチャレンジして下さい！

**1日目**
- ミーティング
- 馬場レッスン
- 障害レッスン
- 手入れ

**2日目**
- クロス講義・レッスン
- 障害・レッスン
- 馬場・レッスン
- パーティー

**3日目**
- クロス経路実習
- 障害コース実習
- 馬場馬術経路実習
- 総括


▲ クロスカントリー

▲ 障害飛越

▲ 馬場馬術

▲ 総括の様子

**講　　師：** 永見一平（ESJ 校長）、小林一英（特別講師－馬場審判、クロス）、小宮山修（特別講師－障害）他
**受 講 料：** 108,000 円 ( 宿泊、食事別途 )
**募集人数：** 各回 15 名

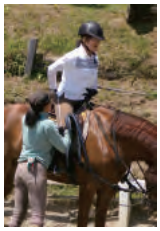
※国内旅行保険料として 700 円 /3 日が別途必要となります。
※食事・宿泊は料金に含まれておりません。お客様による手配をお願いいたします。
※宿泊施設のご案内はいたします。お気軽にご相談ください。

## 美しいシートを手にいれる！美しい姿勢と気持ちの良い座りをとことん追求。

30鞍以上の方・2泊3日

### ビューティフルシート合宿　5月3日(水)～5日(金)

一流のアスリートの動きは「機能美」とも呼べる美しさを併せ持ちます。それは乗馬でも同じこと。
美しい騎乗姿勢は優れた機能から生まれ、洗練された動きは美しさとして表れます。ビューティフルシート合宿ではバランスインムーブメントの理論を基に、身体を機能的にコントロールし、美しさを求めていきます。楽しく学びながら自分の姿勢を改善していきたい方におすすめです。



**受講料：** 64,800 円（宿泊、食事込み）
**募集人数：** 10 名 程度

**1日目**
- レクチャー「シートの重要性」
- アセスメントレッスン
- 1日のまとめ

**2日目**
- エクササイズレッスン
  BIM のエクササイズで体を柔軟にしていきます。
- 調馬索レッスン
  個々の課題に取り組みます。
- テーマ別レッスン
- レクチャー、質疑応答

**3日目**
- エクササイズレッスン
- 自由テーマ
- 総括

**秋にも開催予定** ➡ 9月16日(土) ～ 18日(月・祝) ・ 10月7日(土) ～ 9日(月・祝)

ハイレベルホースから学ぶ

中級者以上　1年単位

# スペシャルメンバーシップ

スペシャルメンバーシップとは、ドイツ産ドレッサージュホースでレッスンを受けられる１年単位のメンバーシップです。

### A Good Horse makes a Good Rider　良馬は最良の師

ふつうは自馬を持つことでしか体験できないハイレベルな馬達が ESJ にはいます。高い教育を受けたこの馬達でレッスンを受けることで、より大きな進歩が得られるだけでなく、人馬一体の素晴らしい感覚をつかむことができます。

**馬術の大きなよろこびを、**
**ESJのドイツ産ドレッサージュホースから得てみませんか?**

## スペシャルメンバーシップの特長

01 スペシャルメンバーシップホースはどれも M&S クラスのドイツ産ドレッサージュホース。
全日本馬場や全日本ジュニア選手権での入賞経験がある、気立てのよい馬達です。

02 タイプの違う馬の中で、ライダーのレベルと練習の目的に合った馬をチョイス。
まるで複数の自馬を持っているようなぜいたくな環境で練習ができます。

03 自馬のような維持費は不要。入会金を払えばあとは騎乗料のみでレッスンが受けられます。

04 ESJ が招聘するドイツマイスターやスザンヌ女史等の特別講師のレッスンがスペシャルホースで受けられます。

05 人馬のマッチングが進めば競技会参加もできます。

**体験騎乗、随時受け付け中**　通常マンツーマンレッスン料金で体験できます。
ご希望の方はいつでもご相談ください！

楽しく真剣に乗馬を学ぶ

小４～高３まで　年間コース

# ＥＳＪ ジュニア

### すぐれた人間性を育む・高い騎乗技術を習得する・国際性を育む

ESJ ジュニアは世界に通じる真のホースマンを育成することを目的にしたコースです。
馬場馬術のトップトレーナーであるドイツのヤン･トレプトゥ氏、世界的な乗馬インストラクターのスザンヌ･フォン･ディッツェ女史などの特別授業もあります。技術の指導だけでなく、馬の文化、ホースマンとしての哲学も生徒たちに伝えます。

## ESJ ジュニアコースの特長

01 毎月の合宿でホースマンシップを学びます。

02 国際性を養うため、海外研修を行います。

03 講義で知識を吸収し、その知識を技術向上につなげていきます。

04 全日本ジュニア馬場馬術大会での入賞も目指します。

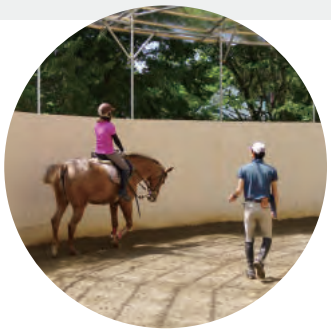
**ESJ ジュニアコース体験**　体験は随時受け付けております。ご希望の方はいつでもご相談ください。

＊日程・料金などは変更になる場合があります。　＊すべての講座で傷害保険料が別途必要となります。

## 個別の課題や目標に対応した オーダーメイドのクリニック ESJスタンダード

レベル不問　半日

ESJ が自信を持ってお勧めする、新しいスタイルの講座です！
シートの改善と、個別の課題や目標に対応したオーダーメイドのクリニック『ESJ スタンダード』です。
1人のインストラクターが最高 3 人までを指導しますので、集中的で成果が上がりやすく、また半日の講座のため、
関東、関西の方でも日帰りができるという気軽さで参加できます。ESJ が初めての方にもぴったり！



- **シートレッスン**　屋根付きラウンドペン（丸馬場）で、シートやバランスに完全に集中しながらレッスンを受けられます。
- **マンツーマンレッスン**　バランス、駈歩、ハミ受け、経路練習など、個別の目標に沿った 45 分間の完全プライベートで上達を目指します。
- **レクチャー＆総括**　レッスンの成果を確かめ、疑問を解消します。

開催日：7日前までの完全予約制（日程は別紙またはHPでご確認下さい。）
午前の部－9:00～13:00　午後の部－13:30～17:30　**※7/20~8/31 までは 15:00～18:00**
受講料：21,600 円　校長専属 32,400 円（別途傷害保険料が必要です）

## 集中合宿

ステイしながら上達を目指す!
新しい感覚をきちんと自分のものにする!

レベル不問　2日間 3日間

新しい動きや感覚をマスターするには少し時間がかかります。「あ、この感じかな？」と何かをつかみかけても、
次に乗る時には霧のように消えてしまったという経験をみなさんもお持ちではないでしょうか？
ESJ の集中合宿は、1人の教官がマンツーマンで見ていくことで、新しい感覚をきちんと自分のものにできるよう、
しっかり指導します。また、南アルプスを一望できる素晴らしい環境でのステイもお楽しみください。

**2日間 集中合宿**
初日　13:30 集合
2日目 13:00 解散
・シートグループレッスン 2 回
・マンツーマンレッスン（45 分）2 回　・ビデオ撮影（オプション）
**※7/20~8/31までは初日 15:00 集合**

**3日間 集中合宿**
初日　13:30 集合
3日目 13:00 解散
・シートグループレッスン 3 回
・マンツーマンレッスン（45 分）3 回　・グループレッスン 1 回
・ビデオ撮影（オプション）
**※7/20~8/31までは初日 15:00 集合**

開催日：日程は別紙またはHPでご確認下さい。
受講料：◆ 2日間集中合宿 - 43,200 円　校長専属 64,800 円 ◆ 3日間集中合宿 - 64,800 円　校長専属 97,200 円
（別途傷害保険料が必要です）（宿泊、食事別途ーステイプランをご利用ください。10 ページ参照）

**グループでのオリジナル合宿承ります！** → **3名以上のグループなら、年間予定以外の日程でもオリジナル合宿ができます。**

## マンツーマンレッスン

開催日：毎日（定休日を除く）

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日騎乗料：5,500 円 | ＋ | マンツーマンレッスン料　5,400 円 | **10,900 円** |
| | ＋ | 校長マンツーマンレッスン料　16,200 円 | **21,700 円** |
| 休日騎乗料：6,000 円 | ＋ | マンツーマンレッスン料　5,400 円 | **11,400 円** |
| | ＋ | 校長マンツーマンレッスン料　16,200 円 | **22,200 円** |

## 講座ご予約方法

**まずは、ESJweb サイトのお問い合せフォーム もしくはお電話でお問い合せください。**

**TEL:0265-25-8700**
**http://www.equitation.jp**

▼

講座のご案内と申込書を郵送いたします

▼

申込書に必要事項をご記入の上、郵送してください。

▼

講座参加費をお振込（銀行送金）ください。

▼

講座に参加

## お問い合せ

**（株）日本トレッキング**
Tel：0265-25-3000　Fax：0265-25-5670
Web：http://www.nihontrekking.com
火曜定休

**乗馬学校　エクイテーションスクールジャパン**
Tel：0265-25-8700　Fax：0235-25-5670
Web：http://www.equitation.jp
火曜定休　月曜 14:00 まで　水曜 11:00 から

**レストラン ランプ・ド・バレー**
Tel：0265-25-3200　Fax：0265-25-5670
火曜定休

〒395-0151 長野県飯田市北方 3462

## お食事・ご宿泊

ＥＳＪは南アルプスの山並みと飯田市街地を一望にできる素敵な場所にあります。
本格イタリアンが楽しめるレストラン ランプドバレーとホテルが併設されていますので、乗馬の後はお食事とご宿泊をゆっくりとお楽しみください。

### ◆ 宿泊の方のお食事（オプション）

| | |
|---|---|
| 朝食 | 1,080円 |
| 夕食(コース) | 3,780円 |
| 昼食 | 1,080円~ |

### ◆ 宿泊プラン

| | |
|---|---|
| 素泊 | 5,400 円 |
| ステイプラン（1 泊 2 食付） | 9,180 円 |
| B&B プラン（1 泊朝食付） | 6,480 円 |

※価格は税込みです。

## アクセス

### お車をご利用の場合

中央高速道路「飯田インターチェンジ」から 1.5km( 約 5 分 )。

### 中央高速バスをご利用の場合

新宿、立川、横浜、名古屋、大阪から
飯田への高速バスが運行されています。

**◆名古屋方面**
名古屋駅南口「名鉄バスセンター」より、飯田行に乗車
伊賀良バス停留所にて下車（1時間45分）

**◆東京方面**
新宿駅西口「バスタ新宿」より、飯田行に乗車
伊賀良バス停留所にて下車（4時間）

**◆大阪方面**
「阪急梅田高速線のりば」より、箕輪行に乗車
伊賀良バス停留所にて下車（4時間）

**送迎いたします**
バスの発着時間を連絡して頂ければ、送迎を致します。
送迎時間　9：20～17：30　※7/16(土)～8/31(水) は 9：20～18：30

Equitation School Japan

乗馬学校エクイテーションスクールジャパン
ESJ GUIDE 2017