Equitation School Japan

ESJ GUIDE

2018

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。

01 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。

02 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。

03 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。

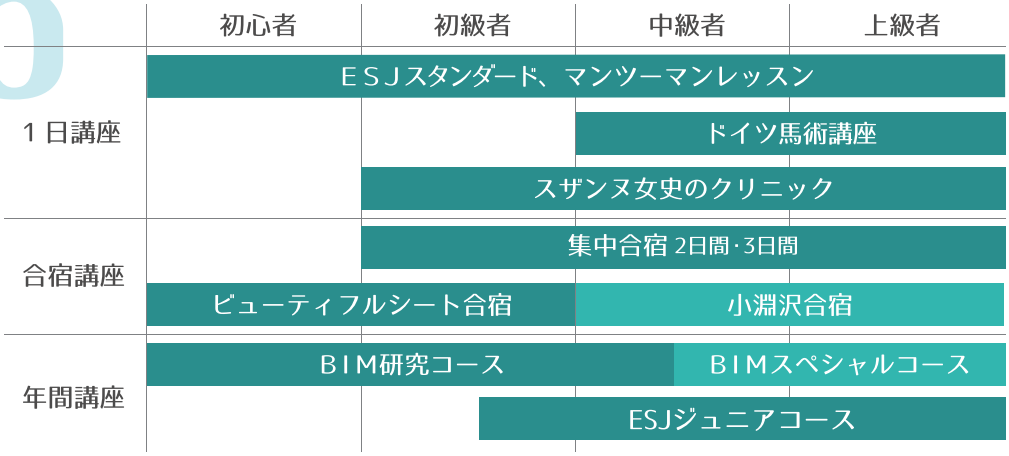
04 学んだことを復習できます

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。)

05 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。

06 ESJにはこんな講座があります



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設立
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
2017年　全日本馬場馬術大会　Sクラス、Lクラス準優勝

飯田校
since 2003

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

ESJ 飯田本校は、1976 年創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**
・美しいシートを手に入れる **ビューティフルシート合宿**

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競技馬で体験して感覚を養い、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。
また、自馬のトレーニング、預託も受け付けています。

施設・設備

2018年3月、全天候型インドア完成予定！

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馬場を使い、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。そして2018年3月には、インドアも完成する予定です。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：ヤン氏のドイツ馬術講座

パドックと厩舎

レストスペース：スザンヌ女史のレクチャー

ソラリウム（遠赤外線馬体乾燥機）

2018年4月から第3期メンバー10名を募集します！

3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！！
詳しくは電話かメールにて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　TEL ： 043-488-5925 / 0265-25-8700（飯田本校）　メール ： info@equitation.jp

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　　初級者以上の方・1日講座

スザンヌ女史のクリニック＆セミナー

4月13日(金)～23日(月)・10月12日(金)～21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
◆聴講もできます 13,000 円 / 日

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

4月6日(金)～9日(月)・7月6日(金)～9日(月)・11月3日(土)～5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。

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24日開講・2月22日、23日、26日開講・9月2日開講　全10回（月1回）

土曜コース　平日コース　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3回講座ではスザンヌ女史が直接指導！

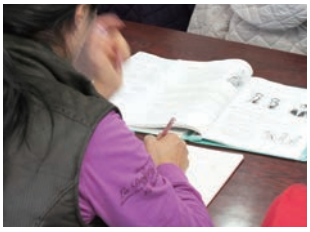
BIMの提唱者スザンヌ女史があなたの騎乗を直接指導！詳細なシート分析をし、1年間の取り組むべき課題をアドバイスします。
また、ESJ教官によるレッスンビデオの解説、個別カウンセリングなど、エキスパートが上達をしっかりサポートいたします。

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　シート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：◆平日（木･金･月）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もできます。

本気で上達を目指す方の年間講座

おうちでも！乗馬進歩

HPよりご購入頂けます

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。

小淵沢合宿

Part1 4月28日(土)～30日(月・祝)

Part2 5月3日(木・祝)～5日(土)

3種の歩様を確実にコントロールできる方 / 2泊3日

▲ クロスカントリー

▲ 障害飛越

▲ 馬場馬術

▲ 総括の様子

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。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

講　師：永見一平（ESJ校長）、小林一英（特別講師ー馬場審判、クロス）、小宮山修（特別講師ー障害）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1,200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!

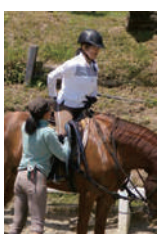
ビューティフルシート合宿

Part1 4月28日(土)～30日(月・祝)

Part2 5月3日(木・祝)～5日(土)

30鞍以上の方 / 2泊3日

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。



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。
- 個別シートレッスン
  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

受講料：64,800円（宿泊、食事込み）　募集人数：10名程度

■■ 夏・秋にも開催予定 ■▶ 7月14日(土)～16日(月・祝)・9月22日(土)～24日(月・祝)

＊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。

楽しく真剣に乗馬を学ぶ　　小４〜高３まで / 年間コース

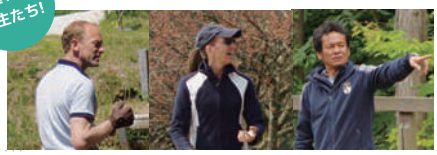
ESJ ジュニアコース

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

憧れの先生たち!



01 毎月の合宿でホースマンシップを学びます。

02 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。

03 ドイツマイスターをはじめ、一流の先生からレッスンを受けられます。

04 全日本ジュニア馬場馬術大会での入賞も目指します。
2008 年から 9 年連続で入賞者を出しています。

05 国際性を養うため、海外研修を行います。（ドイツ）

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。

ベテランからビギナーまで、誰もが楽しめる3日間!!

ESJ Fes

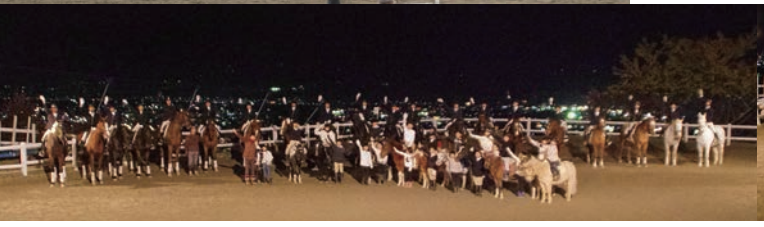
第8回 ESJフェスティバル

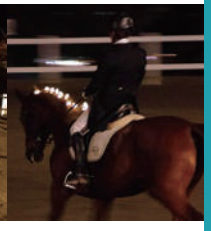
11月23日(金･祝) ～ 25日(日)

年に一度の ESJ フェスティバル。「楽しくてタメになる」イベントです。
本格的なドレッサージュやジャンプの競技だけでなく、ジムカーナや好きな馬に乗ってハーモニーを競う「馬別選手権」など、誰でも参加して楽しめる種目もあります。
競技のコーチは ESJ 校長とアジア大会金メダリストの小宮山修氏が務めます。
そして、何と言ってもフェスの目玉は、スタッフやプロによる華麗なショー、子供達の可愛い演技などのナイトエキシビション！ワイン片手に乗馬の魅力を堪能します。

レベル問いません・2泊3日

事前の練習会もあります：11月17日(土)、18日(日)





個別の課題に取り組みたい方

＊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・土、日、祝日の受講は 2,200 円プラスになります
・校長専属以外でインストラクターを指名する場合は 2,200 円プラスになります

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！

集中合宿

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。
・土、日、祝日の受講は 1 日あたり 2,200 円プラスになります
・校長専属以外でインストラクターを指名する場合：2 日間は 4,400 円プラス、3 日間は 6,600 円プラスになります

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**

・インストラクターを指名する場合は 1 レッスン 2,200 円プラスになります

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：0265-25-5670
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
月・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　※7/14(土)～9/3（月）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 2018