

	レッスン名	レッスン内容	ステップアップの基準
初心クラス	初心調馬索 ジュニア調馬索 (20分)	乗馬、下馬が出来る 手綱を正しく持てる 鞍に立って常歩 ホルダーに頼らず軽速歩で「バランス」「リズム」を維持して蹄跡行進 常歩・速歩で斜めに手前変換	◆馬装・手入れが出来る 馬房から馬を出し入れが出来る 蹄洗場につなぐ 裏掘りが出来る ブラッシングが出来る 手入れ道具、馬具の名称を正しく理解している 頭絡が付けれる 蹄洗場の掃除 鞍を正しく付ける 蹄の掃除 ゴムブラシの使い方 馬体の拭き方 ★頭絡セット時ハミを馬の口に入れる ◆レッスン内容がほぼ出来ている
	正しい服装 (ヘルメット、手袋、キュロット、乗馬ブーツ、安全ベスト) ★《講習会付 初調部班》 定員3名 騎乗券1枚 馬装30分 騎乗20分 手入れ30分 馬装手入れをマスターし部班レッスンに慣れましょう！		
	初心 ジュニアC (40分) 【全乗振5級/倶楽部検定】	軽速歩を取らず(正反動3~4歩)が出来る 速歩で2ポイント姿勢(3~4歩) 常歩→速歩、速歩→常歩への移行が出来る 軽速歩で手前変換	◆レッスンの内容が ほぼ出来ている ◆馬の準備(厩舎出し入れ*馬装手入れ)が出来る ★丸洗い講習会受講(夏季限定)
基本クラス	基本Ⅰ ジュニアB (40分)	★基本Ⅰクラスから「駈歩」の練習があります 駈歩発進の扶助を理解 バランスを崩すことなく「駈歩→速歩」への移行が出来る レッスン時、一定の馬間距離を保ちます 拳を安定させた駈歩を目指します 安定した騎座作りを目指します	(号令を理解) 気を付け 常歩進め 先頭より斜めに手前を変え 全体止まれ 輪乗り 右手前 左手前 蹄跡行進 右へ進め 左へ進め 軽速歩の手前を理解出来ている 安定した「騎座・拳」
	★《基本Ⅰスペシャル》 40分 定員2名 騎乗券2枚 「基本Ⅰ検定経路」の練習希望の方におすすめ！		◆基本Ⅰ検定により進級判定
	基本Ⅱ ジュニアA (40分) 【全乗振4級/倶楽部検定】	より安定した「移行」を目指します 常歩*速歩 速歩*駈歩 常歩*駈歩 拳は安定し、騎座は馬体からはがれず接している	(号令を理解) 直径10mの「半巻き」 駈歩直径20mの「輪乗り」 軽速歩での「歩度伸ばし」*「歩度つめる」 地上横木通過 駈歩で蹄跡行進
★《トロット、アクティブトロット、カドリール》 40分 定員6名 騎乗券1枚 (基本Ⅱクラスから参加可)	■トロット・アクティブトロット 速歩までの運動内容で 移行、図形運動、基本姿勢の維持 アクティブトロットは、横木通過 ■カドリール チーム演技、オリジナル経路、図形運動、常歩・速歩・駈歩	◆ステップアップレッスン検定 (屋外馬場で検定のため雨天中止) ステップアップレッスンを3回受講し4回目に検定 20m×40mの外馬場で検定経路を各個に騎乗	
基本Ⅲ (40分) 【全乗振3級レベル】	◎駈歩で誘導(蹄跡から離れた直行進)と安定したバランス ・図形運動(正確な輪乗りを維持、速歩で3湾曲の蛇乗り) ・バランスの安定と強化 ・20m×40m程度の馬場で部班運動(3種の歩様)で「歩様」や「馬間距離」を維持できる	基本Ⅲクラスの鞍数 40鞍以上必要 ◆検定希望の方は 受付で申込み下さい (実施日を調整し後日ご連絡致します)	
★《障害フラットワーク》 40分 定員3名 騎乗券2枚 (基本Ⅲクラス参加可)	・2ポイントで横木通過(速歩) ・2ポイントで駈歩運動(大きな回転、横木通過を含む)	図形運動や横木通過など 誘導が出来、バランスと推進維持が出来る	
障害クラス	入門障害 (40分)	◎障害競技の基本的なルールの理解 ◎クロス(オクサー含む)~小障害B程度の障害コースを安定した走行が出来る 速歩でクロス障害(正確なコース取り、一定ペースを維持)	部内大会 又は、対外試合の成績で判定します
	障害Ⅰ / 障害Ⅱ (40分)	◎小障害B(80cm)以上の障害コースの安定走行を目指す ・対外試合を目標とした基礎的な障害練習(フラットワークの組み立て方を含む) 障害Ⅰクラス(60cm) / 障害Ⅱクラス(80cm) 高さ60cm/80cm 幅100cm 程度のコース走行	
	障害Ⅲ (40分) 【全乗振2級/日馬連B級レベル】	◎小障害A(100cm)以上の障害コースの安定走行を目指す 高さ100cm 幅120cm以上のコース走行	
馬場クラス	入門馬場 (40分)	◎JEF馬場馬術(A1課目)程度の運動の習得(正反動を含む) ・図形の維持、移行 ・部内競技会などの参加 A1課目	馬場馬術の基本ルールの理解 馬場馬術(A1課目)で(60%)以上安定して獲得 倶楽部検定項目の総合観察がすべて6点以上 部内練習会の成績で判定
	馬場Ⅰ (40分)	◎JEF馬場馬術(A2課目)の運動課目 ・斜対扶助を覚えませ(斜横歩、前肢旋回) A2課目	馬場馬術(A2課目)で58%以上を安定して獲得 倶楽部検定項目の総合観察がすべて6点以上 部内練習会の成績で判定
	馬場Ⅱ (40分)	◎JEF馬場馬術(A3課目)の運動課目 ・反対駈歩、シンプルチェンジ A3課目	馬場馬術(A3課目)で58%以上を安定して獲得 倶楽部検定項目の総合観察がすべて6点以上 部内練習会の成績で判定
	馬場Ⅲ (40分)	◎JEF馬場馬術 L課目以上の運動課目 L1課目 L2課目	