

玉野勤労者福祉サービスセンターの皆さまへ

乗馬は  クレイン  
|割引契約施設|

わたしの  
**乗馬**  
デビュー

玉野勤労者福祉サービスセンター会員様限定

**乗馬体験 1回コース**

騎乗時間30分

**2,200円**

※別途装具(ヘルメット、ブーツ、プロテクター)レンタル、保険料として1,860円が必要です。

参加対象:小学1年生~75歳まで

乗馬クラブクレイングループでは、政府が提言する“新しい生活様式”に沿った安全対策を講じ、屋外にて健康維持やストレス解消、心の癒しのための「乗馬」を皆様にお届けいたします。詳しくは裏面を御覧ください。

会員証のご提示で試乗体験が出来ます。ご予約時に「玉野勤労者福祉サービスセンターの会員」と申し出ください。



趣味は乗馬！宣言  
しませんか？

 **乗馬クラブ クレイン倉敷**

下記の体験コースもございます

**乗馬体験1回コース 3,850円**

所要時間:約90分(騎乗45分)

※別途装具(ヘルメット、ブーツ、プロテクター)レンタル、保険料として1,860円が必要です。



# なぜ今、乗馬が人気なのか？

## ①自然の中で行う屋外スポーツ



馬の背に揺られ豊かな自然の中でゆっくり過ごす時間は日頃のストレス解消におすすめ。

## ②自然に筋力アップ効果

動く馬に乗りバランスを取ることが下半身の筋力強化になります。腰痛予防の効果も○。



## ③安心のカリキュラム制

レベル別に時間割が決まっている為、初心者からでもご自身のペースに合わせて練習を進めることが可能。またレッスンはチケット制の為、曜日や回数をご自身で選びながら通えるのも魅力。



↓まずはこんなことを練習します

### 馬の乗り方



### 合図の出し方



### 褒めてあげよう



- 参加対象者：小学生以上75歳までの方で運動に支障のない健康な方。発熱・咳・倦怠感などの症状がある方は、日程の変更をお願いします。
- 未成年者は保護者のご同伴をお願いします。
- ご同伴のご家族1名様のみ同様の条件にてご利用できます。ソーシャルディスタンス保持のため、通常時より1日あたりのご利用人数を制限させていただきます。1グループ1名様～2名様、ご同伴者の方も最少人数でお越しく下さい。
- 服装：長ズボン・靴下・手袋（車手可）
- ご利用は、お1人様1回限りとさせていただきます。
- 各コースとも完全予約制です。お電話にてご予約ください。

### ●新型コロナウイルスに関する対応について



乗馬クラブクレインでは「1馬身」の距離を保ちます。

詳しい感染防止対策はこちらよりご確認ください。

## 乗馬クラブ クレイン倉敷



倉敷市広江4-1-2

■定休日/火曜日 ※12/31～1/2は年末年始の休業とさせていただきます。

■電話受付時間／(月・木・土・日・祝) 9:15～16:00 (水・金) 12:00～18:00

# ☎086-455-0022

### ■交通案内

#### ●電車で越しの方

JR山陽本線「倉敷駅」、瀬戸大橋線「茶屋町駅」下車。送迎バス（要予約）あり。

#### ●お車で越しの方

JR[倉敷駅]より南へ直進。古城池トンネルをぬけ1つ目信号を左折。直進約2.5km左に誘導看板あり。その手前を左折後、誘導看板に従う。

瀬戸中央自動車道水島インターを水島方面に降りて4つ目の信号を右折、車で4分。

