

학생승마 프로그램 세부내용(전주승마장)

| 구 분 | 말체험 학습시간 | | 기타 | 프로그램 세부내용 | 비고 |
|------|----------|------|-----|---|----|
| | 기승 | 기승 외 | | | |
| 1일차 | 0분 | 20분 | 40분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 오리엔테이션 및 승마이론수업 <ul style="list-style-type: none"> - 승마안전수칙 및 올바른 승마자세 - 말의 3종보법 및 부조의 설명 - 승마예의 및 복장설명 | |
| 2일차 | 20분 | 30분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 말의 몸 설명 ○ 마필손질 및 수장법 ○ 마필 장안, 굴레 씌우기 및 장안 ○ 말 끌기 및 기승과 하마법 실습 | |
| 3일차 | 30분 | 20분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 말 끌기 및 기승과 하마법 실습 ○ 올바른 승마 자세 실습 ○ 전진과 정지, 방향전환 ○ 평보(WALK)-4절도 | |
| 4일차 | 40분 | 10분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 평보(WALK)-4절도 ○ 평보(WALK)-단체운동 간격유지 | |
| 5일차 | 40분 | 10분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 좌속보(SITTING TROT)-2절도, 말위에서 균형잡기 | |
| 6일차 | 40분 | 10분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 좌속보(SITTING TROT)-2절도, 밸런스 및 리듬, 추진방법 | |
| 7일차 | 40분 | 10분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 경속보(RISING TROT)-2절도, UP, DOWN 연습 | |
| 8일차 | 40분 | 10분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 경속보(RISING TROT), 발전된 경속보 | |
| 9일차 | 40분 | 10분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 평보와 속보 전환 - 이행 연습 | |
| 10일차 | 40분 | 10분 | 10분 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 평보와 속보 전환 - 이행 연습 | |