

2021 马术夏令营 | 以梦为马，不负韶华！



一、绪言

马术：以其高雅刺激并存的特点，一直以来都被西方国家视为第一贵族运动，是一项居于高尔夫之上的高端时尚休闲运动。马术作为一种竞技型体育运动在公元前 1500 年前的古埃及就已经开始了，并成为奥运会中唯一有动物参加的比赛项目，深受世人关注。马术，被认为是一种比击剑、高尔夫更具生命灵性与贵族气质的高雅运动。

二、精神表征

骑士精神：

永远的神话——不灭的骑士精神，骑士精神是一种信仰，代表了骑士的高尚品格。马术带给人的心灵抨击是其他教育项目无法替代的。

绅士风度：

后冷兵器时代，骑士精神转化成绅士风度，是一种富有浪漫色彩的侠义精神，已经成了现代文明生活中男人的基本人格准则，并推而广之蔓延到了全世界。

贵族运动：

现在马术也被欧美公认为第一贵族运动，骑马者一般为贵族阶层，他们的子女从小被培养骑乘术，精湛的骑术暗示了他的出身，而能成为马会的会员则是身份的象征。

骑乘艺术：

马术的“术”，不是御马之“术”，而是艺术之“术”，这是自然界中人与动物最完美配合达致至高境界才能完成的艺术，人马合一、动作流畅，极富艺术感！



三、课程详情

马术，是奥运会唯一一个和动物共同参赛的项目，且不分性别，男女同场竞技。我们热切地希望通过这6天基础课程夏令营，能让家长和孩子共同关注这项运动，通过他们的传播，让更多的人了解马，了解马术运动。我们衷心地盼望这次的马术夏令营后，孩子们能爱上并投入到马术这个小众的运动中。

第一天		
时间安排	活动内容	住宿
15:00-16:30	入营签到	独栋别墅
16:30-17:30	破冰之旅	
17:30-20:30	晚餐+打理内务	
第二天		
时间安排	活动内容	住宿
07:30-08:30	起床整理内务+晨练+早餐	独栋别墅 
08:30-10:30	备马御马课—学习如何安全备马及御马 马术骑乘课—正确的骑姿，简单控马（持缰、用缰）	
10:30-11:45	暑假作业	
12:00-14:00	午餐+午休	
14:00-16:00	马术电影欣赏——神驹贾鲁普	
16:00-16:30	下午茶	
16:30-18:30	马术骑乘课—慢步平衡训练，沿场地蹄迹线前进与停止 马房管理课—学习与马相处，马房清理注意事项	

18:30-19:30	晚餐	
20:00-20:30	交流总结	
第三天		
时间安排	活动内容	住宿
07:30-08:30	起床整理内务+晨练+早餐	独栋别墅 
08:30-10:30	马术骑乘课—平衡、控缰与姿势保持 马术常识课—认识马匹的结构，马匹部位名称及马毛特征， 如何护理装备、鞍具	
10:30-11:45	暑假作业	
12:00-14:00	午餐+午休	
14:00-16:00	英文小课堂——马术词汇学习	
16:00-16:30	下午茶	
16:30-18:30	马术骑乘课—慢步控缰，绕弯，走迷宫 马匹相处技巧课—接近马匹的方法、给马匹梳辫子、刷马等	
18:30-19:30	晚餐	
20:00-20:30	交流总结	
第四天		
时间安排	活动内容	住宿
07:30-08:30	起床整理内务+晨练+早餐	独栋别墅 
08:30-10:30	马术骑乘课—慢步简单路线练习，尝试独立控马 马匹护理课—打理马、马的饮食起居、马匹生病护理	
10:30-11:45	欧洲园林欣赏—专业老师带你游览花博汇	
12:00-14:00	午餐+午休	
14:00-16:00	手绘艺术——我眼中的马儿	
16:00-16:30	下午茶	
16:30-17:30	暑假作业	
17:30-18:30	马匹营养课—马匹营养膳食、马匹喂养	
18:30-19:30	晚餐	
第五天		
时间安排	活动内容	住宿

07:30-08:30	起床整理内务+晨练+早餐	<p>独栋别墅</p> 
08:30-10:30	<p>马匹管理课—健康马的特征，马的基本行为习惯，放牧区马匹的护理</p> <p>马术骑乘课—打圈快步起坐的节奏与平衡</p>	
10:30-11:45	暑假作业	
12:00-14:00	午餐+午休	
14:00-16:00	感恩课程——感恩父母、感恩老师、感恩社会、感恩所有帮助过我们的人	
16:00-16:30	下午茶	
16:30-18:30	<p>马术骑乘课—打圈快步起坐的节奏与平衡</p> <p>马术心理课—马匹心理学，运动心理学，培养骑手控制注意力的分配与集中，情绪控制等心理素质</p>	
18:30-19:30	晚餐	
20:00-20:30	交流总结	
第六天		
时间安排	活动内容	
07:30-08:30	起床整理内务+晨练+早餐	
08:30-10:30	<p>马术骑乘课—尝试独立慢步，走简单的路线</p> <p>马术骑乘课—尝试打圈独立快步起坐</p>	
10:30-11:45	暑假作业	
12:00-14:00	午餐+午休	
14:30-	<p>结营仪式（颁发结营证书、优秀学员发言、领导总结）后乘车返回温暖的家</p>	

四、营地详情

1、营地位置：武汉骑仕汇马术俱乐部

我们营地位于蔡甸 4A 级景区花博汇内，占地两万平方米，拥有标准马术障碍训练场、标准马房、骑乘训练场、特色体验赛道等。引进**中国马术协会教学体系和等级考试认证**，从零基础到专业骑手，循序渐进，通过考核后，学员们将会拿到中国马术协会颁发的水平证书，不管是作为学习的证明或是留学背景提升，都非常有帮助。



2、马匹配备

营地拥有多种优良马匹，主要为德国温血、美国标准马、美国 mini、英国舍特兰矮马、温半血等。所有教学马匹均为**中国马术协会官方注册马匹**，均可参加中国马术协会举办的考级和联赛。



3、教练团队



中国马术协会中三级骑手
马术相关工作10年
教学经验4年
白沙洲马场管理经营10年
骑仕汇马术俱乐部创始人

简维平



社会体育马术运动与管理
马术相关工作6年
教学经验5年
杭州宽地马业苏州枫华国际学校中级教练
上海唐郡马会高级教练
贵州奇缘谷冰雪小镇总教练
英国BHSI证书
障碍全程110

付琪

4、优质服务

- 马术实践课 9 节课、理论课 8 节、其它相关课程 3 节
- 马术教学骑乘课 教练一对一专业服务
- 专业的领队老师全程陪伴，保障行程安全
- 每位参加的孩子将得到俱乐部赠送的马术纪念品一件
- 夏令营结束颁发马术协会结业证书
- 开营前召开行前说明会

5、住宿安排

全程独栋别墅



五、费用说明

【**参营费用**】9980 元/人

【**参营日期**】2021 年 7 月 11 日—7 月 16 日

2021 年 7 月 18 日—7 月 23 日

2021 年 8 月 15 日—8 月 20 日

【**参营对象**】

身体健康的 8—15 岁青少年

【**招募人数**】

10 人开营（**精品小班**）

【**费用包含**】

- 1、专业教练上课, 马术教学骑乘课教练一对一
- 2、专业领队导师全程陪伴，保障行程安全
- 3、专业马术装备：头盔、防护背心

4、餐饮+下午茶歇+独栋别墅+户外运动保险

5、马术结业证书

如遇不可抗力因素（如自然灾害、战争、罢工、天气等）导致课程发生变化或调整，主办机构保留以上行程和内容的解释权和决定权。

六、入营要求

请勿携带贵重物品、电子产品、宠物参加马术训练营（如项链、大量现金、手机、游戏机、电脑、狗、猫等）

需携带四套以上换洗衣物（外套、内衣、内裤、袜子）以及两双运动鞋。

需携带随身背包、毛巾、防晒霜、润肤露等日用品。

有马术装备的小朋友可自带装备入营，头盔、护甲、马裤、马靴、手套。