

大人向け

# だいたい道場

開催日

1月8日(水)、29日(水)  
いずれも 20:00~21:30

小西 大介氏 (JMSCA 日山協公認ルートセッター) でスポーツクライミング元日本代表選手) によるボルダリング上級者向けの特別レッスンです。コンペ課題のルートセッターによる上手くなるためのコンディショニングについての解説や実践的なコーチングが受けられます。

**参加要件**：コンペ出場予定の方またはコンペ想定課題を登ってみたい方

**レッスン内容**：参加人数 7名 までの少人数制のボルダリングレッスンです。

キリトリ

裏面の注意事項をご覧ください、同意の上、お申込みください。

開催日

1月8日(水)

1月29日(水)

開催時間 20:00~21:30 (90分) 参加料 1回 **3,300円** (税込み)

※施設利用料は別途

(フリガナ)

参加者氏名

(

)

# どしどし道場

## 《 受講上の注意 》

- ・レッスン時間は **20:00~21:30** の 90 分です。レッスン開始前にウォーミングアップをお済ませください。
- ・参加資格は中学生以上の方です。
- ・レッスン日のクライミングシューズのレンタルは無料です。
- ・レッスン料とは別途、施設利用料がかかります。
- ・参加申込み後のレッスン料の払い戻しはできません。ただし、指導員の都合によるレッスン不開催の場合はお支払いいただいたレッスン料金は全額ご返金いたします。
- ・レッスンを休まれた場合、代替レッスンはありません。
- ・レッスン中は安全に十分配慮をして行いますが、設備不備等の重大な過失の場合を除き不慮の事故による怪我については責任を負いません。事前にスポーツ傷害保険等のご加入をお勧めします。

最新の参加人数はこちらから確認できます→



## 《 1月の日程 》

<b>1月8日(水)</b>	<b>20:00~21:30</b>	<b>RP4級以下の方</b>	<b>定員7名</b>
<b>1月29日(水)</b>	<b>20:00~21:30</b>	<b>RP3級以上の方</b>	<b>定員7名</b>

※『RP』とは過去に登ることのできた最高グレードのことです。

〈クライミング・パーク〉

カルチェ  ッシュ