

12月 クライミングレッスンスケジュール

S = スターター
 O = セッション
 中 = 中級者レッスン
 ロ = ロープクライミング

2017	年	12	月	2017/12/1		
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5 中 20:00~21:00担当:中西 O 22:00~22:00担当:中西	定休日			ロ 17:30~19:00 担当:中西
10	11	12 S 20:00~21:00担当:中西 O 22:00~22:00担当:中西	定休日			ロ 16:30~18:00 担当:近藤
17	18	19 S 19:00~20:00担当:中西 O 20:00~21:00担当:中西	定休日			ロ 17:30~19:00 担当:中西
24	25 O 21:00~22:00 担当:中西	26	定休日	28	29 2017年登り納めセッション 16時~18時 担当:中西 2017年最後の営業日にスタッフ中西と登り納められるのは いかがでしょうか！ ※前日までに予約をお願い致します。 前日までにご予約が無かった場合休講となる場合がございます。 予めご了承ください。	
～スターターレッスン～		～中級者レッスン～		～セッション～		～ロープクライミング～
文字通りボルダリングを初めて やられる方のためのレッスンです。 主にホールドの持ち方や、足の乗せ方、 身体の動かし方等基本的な動作を中心に ご指導させていただくクラスとなっております。 初めての方は勿論、始めて数回なので 教えて欲しいという方もご参加頂けます。 レベル初心者 定員3名		ボルダリングの上達を目指して おられる方向けのレッスンです。 主に既存の課題を登っていただきながら それに沿ってご指導させて頂きます。 レベル5級～ 定員6名		スタッフやお客様と一緒にボルダリングを楽しん でいただくクラスです。 一緒に課題を作ったり、勝負したりと たくさんコミュニケーションをとって 頂けるのでよりボルダリングが楽しく 感じると思います。 レベルフリー 定員6名		壁の一番上にロープを かけることで最大7mの 壁を登って頂けます。 スタッフが補助するので 安心して降りてきて いただけます。 レベルフリー 定員3名

1月 クライミングレッスンスケジュール(1月15日まで)

S = スターター
 O = セッション
 中 = 中級者レッスン
 ロ = ロープクライミング

2018	年	1	月	2018/1/1		
日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
□ 11:30~13:00 担当:近藤		中 19:00~20:00担当:中西 ○ 20:00~21:00担当:中西	定休日			
14	15	16	17	18	19	20
□ 11:30~13:00 担当:近藤			定休日			
21	22	23	24	25	26	27
			定休日			
28	29	30	31			
			定休日			
～スターターレッスン～		～中級者レッスン～		～セッション～		～ロープクライミング～
文字通りボルダリングを初めて やられる方のためのレッスンです。 主にホールドの持ち方や、足の乗せ方、 身体の動かし方等基本的な動作を中心に ご指導させていただくクラスとなっております。 初めての方は勿論、始めて数回なので 教えて欲しいという方もご参加頂けます。 レベル初心者 定員3名		ボルダリングの上達を目指して おられる方向けのレッスンです。 主に既存の課題を登っていただきながら それに沿ってご指導させて頂きます。 レベル5級～ 定員6名		スタッフやお客様と一緒にボルダリングを楽しん でいただくクラスです。 一緒に課題を作ったり、勝負したりと たくさんコミュニケーションをとって 頂けるのでよりボルダリングが楽しく 感じると思います。 レベルフリー 定員6名		壁の一番上にロープを かけることで最大7mの 壁を登って頂けます。 スタッフが補助するので 安心して降りてきて いただけます。 レベルフリー 定員3名