

ボルダリング入門

教室のご案内

○対象 ボルダリング未経験者、初心者

○料金 2000 円（ジム利用料、シューズレンタルは別途）

○内容 力まかせに登っていませんか？ボルダリングは姿勢が大切です。正しいフォームで効率的に上達し、故障やケガを予防し永く楽しみましょう。易しい課題をインストラクターと一緒に登ってフォームの基礎を学びます。

○応募 随時。下記までお気軽にお申込み下さい。

フリークライミングジム ゲッコー

☎ 076-436-2933 ✉ hirodoi@pf.ett.ne.jp ☎ 090-1639-0859

〒930-0171 富山市野々上 287-1（富山短期大学並び北側）

<http://gym-gecko.com>

講師（社）日本山岳ガイド協会公認スポーツクライミングインストラクター 土肥浩嗣