

[基本的な登り方を覚え、クライマーへ]

クライミングの楽しみ方から基礎知識、上手に登るコツまで。

楽しく、丁寧に、ガッツリと指導します。

開校日

毎月、第1金曜開講。
スクール期間は第1金曜から第4金曜まで。

講習日

毎週、第1～第4金曜 20:00～22:00
1回2時間のインドア講習。

*第5金曜はお休みです。
*基本的に講習日の振替は行いません。

対象

- ・年齢、性別は関係なし。
力のない女性の方でも大丈夫です。
- ・クライミングの経験も関係ありません。
初めての方から経験者の方まで、
やってみたい気持ちがあればOKです。

初めての方

- ・やってみたいけどどうしていいかわからない。
- ・一人で始めるのはちょっと不安。
- ・どうせやるなら一からきっちり学びたい。
- ・フィットネス感覚でスポーツを楽しみたい。
- ・スポーツジムで鍛えるだけではものたりない。

経験者の方

- ・最近始めたけど登り方がよくわからない。
- ・本も読んでみたけどイマイチ...
- ・自己流で行き詰った。
- ・もっと climbing を知りたい! 楽しみたい!
- ・基礎を学んで外岩へ!

特典

- ・新規登録の場合、初回登録料(¥1,890) 無料
- ・スクール期間中は、ジム使用料無料
- ・shop 商品 5%off

講習項目

DAY		内容
第1金曜	Step1	ホールド(石)の持ち方。 足の置き方。
第2金曜	Step2	体の位置とバランス。 キレイで楽に登るコツ。
第3金曜	Step3	色々なムーブ(体の動き)。
第4金曜	Step4	ルートを読む力。 まとめ。

料金

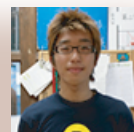
一般 21,000円(税込)

- ・4日間のインドア講習を受講できます。
- ・さらにスクール期間中はPUMP大阪店が無料で利用できます。
- ・必要なものは動きやすい服装と靴下だけでOK。
*PUMP年会員、半年、月会員の方は12,600円(税込)

講師: 石田智則

2001年よりクライミングを始める。
過去の成績: 第1回マムートカップ浜松大会優勝
秋田国体兵庫県代表選手出場 etc...

普段はビギナースクール、レベルアップスクールの講師を担当。
笑顔と優しい教え方はピカイチです!



PUMP大阪店 06-6475-4406
大阪市西淀川区中島1-13-23
www.pump-climbing.com



FIRST Bouldering school 申込用紙 月コース

記入日 月 日

氏名	登録NO.	(電話番号)	(携帯番号)
性別	男・女	才	緊急連絡先 () 連絡者名
住所 〒			
備考			