

柏店 3月 フリースクール表

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1	2
3  品川	4 定休日	5  サト	6	7	8	9
10  品川	11 定休日	12  サト	13	14	15	16
17  品川	18 定休日 二段垂壁 スラフ ホールド替え	19  サト	20	21	22	23
24/27  品川	25 定休日	26  品川	27	28	29	30

ボルダー塾：毎週火曜（20：00～21：00）
※グレード8級～5級

レベルアップセッション：毎週日曜（終日）
※グレード5級～2級

ボルダー塾

毎週火曜日
グレード（難易度）は8～5級。
ボルダー塾用に作成された課題を登りながら、
クライミングに必要な基礎的な動き（ムーブ）
を身に付けていきます。
初心者・初級者の方向け。

予約不要・途中参加OK

レベルアップセッション

毎週日曜日
グレード（難易度）は5級～2級
レッスン用に作成された課題をトライしながら
よりレベルアップした動きをセッションスタイル
でマスターしていきます。
初級者～中級者向け。
ボルダー塾を卒業した方にオススメです。