

柏店 10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  サド	2	3 レベルアップセッション (110度)	4	5
6	7 110&120度 ホールド替	8  サド	9	10 ※ホールド替え 後につきレベル アップセッション はお休みです	11	12
13	14	15  サド	16	17 レベルアップ セッション (140度)	18	19
20	21	22 祝日につき ボルダー塾は お休みです	23	24 レベルアップ セッション (110度)	25	26
27	28 定休日	29  サド	30	31 レベルアップ セッション (120度)		

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：毎週木曜（終日）
※グレード5級～2級

ボルダー塾

予約不要・途中参加OK

レベルアップセッション

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。

毎週木曜日
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。