

# クライミング・ビギナーズ・レッスンのご案内

クライミングを始めてみよう！という方のための初心者講習会

「クライミング・ビギナーズ・レッスン」を開催します。

事故なく安全にクライミングを楽しんでいただくため、初めてクライミングに挑戦される方は必ずこのレッスンを受講していただきますようお願いします。

◎ 開催日時 毎月第2水曜日 午後7時～9時

平成23年 4/13, 5/11, 6/8, 7/13, 8/10  
9/14, 10/12, 11/9, 12/14  
平成24年 1/11, 2/8, 3/14

◎ 場 所 トレーニングルーム内クライミングスペース

◎ 指 導 一般社団法人広島県山岳連盟

◎ 内 容 クライミングの基本的ルール・マナーについて  
安全な利用について  
基礎技術（実技）について

◎ 参 加 料 施設利用料のみ（レッスンは無料です）

◎ 服 装 等 クライミングに適した服装と屋内シューズ

—詳しくは、次にお問い合わせください。—  
広島県立総合体育館フィットネスプラザ  
電話(082)502-0073 FAX(082)228-4992  
Eメール：[g-arena@sports.pref.hiroshima.jp](mailto:g-arena@sports.pref.hiroshima.jp)

広島県立総合体育館長