

ボルダリング 初回者講習会

2019年4月～

	月	火	水	木	金	土	日					
午前		11:30～12:00 ボルダリング 初回者講習会	11:30～12:00 ボルダリング 初回者講習会			11:30～12:00 ボルダリング 初回者講習会	11:30～12:00 こどもボルダリング 初回者講習会					
午後		 <p>※開始10分前には 1Fフロントで受付を済ませ トレーニング室に お越しください！</p>										
	15:00～15:30 ボルダリング 初回者講習会											
										16:00～16:30 こどもボルダリング 初回者講習会		16:00～16:30 こどもボルダリング 初回者講習会
夜間					20:00～20:30 ボルダリング 初回者講習会							

【対象】

- 小学生よりご利用いただけます。
- ボルダリング初回者講習会定員5名、こどもボルダリング初回者講習会定員3名

【利用方法】

- ボルダリングを利用するためには、**初回者講習会の受講が必要**です。（小学生はこどもボルダリング初回者講習を受講）
- トレーニング室の中にあります。ボルダリングはトレーニング室のチケットを購入、小学生はスポーツデーのチケットを購入し、フロントスタッフにご提示ください。
※回数券の方は、必要枚数をフロントスタッフにご提示ください。
- 講習会開始30分前から10分前まで、1Fフロントで受付をおこないます。
- 利用登録・誓約書の記入、登録カードの発行をおこないます。
※緊急連絡先を記入していただきます。ご本人様以外の連絡先をご準備ください。
※**中学生以下の登録には、本人と保護者の署名を必要**とします。
- 小学生は、2回目以降1～3年生は保護者の付添が必須、4～6年生は一人でも利用可能です。
※18時以降小学生は保護者の付添がないと利用できません。また、未就学児の入室はできません。
- 中学生は19：30～保護者の送迎が必須となります。

【利用料金】

- ボルダリング 3時間/回 大人（20歳以上）：220円、小人（小学生から20歳未満及び学生）：110円。

【持ち物】 実際に登ります！忘れずに準備をお願いします。

- 運動に適した服装→ジャージ等（ジーパン生地、スカート、キュロット、私服に見えるもの、ベルトは不可）
- 室内シューズ→トレーニング室を利用するために必要です。（土足・素足・かかとのないものは不可）
※初回者講習会の時のみ、クライミング専用シューズ（21.0cm～）を無料でレンタルいたします。

【注意事項】

- クライミング専用シューズの持ち込みは可能です。
※クライミング専用シューズでのトレーニングはできません。
- 滑り止め（チョーク）の使用はできません。
- 体調が優れないときは、ご遠慮ください。
- スタッフの指示に従わない場合は利用禁止といたします。

【宮前スポーツセンター】

川崎市宮前区犬蔵1-10-3 TEL:044-976-6350

<http://miyamae-sc.com>

