

ボルダリング教室実施要項

目 的 ボルダリングを通じて全身の筋肉やバランス感覚、柔軟性、基礎体力を養い、判断力や考える力、集中力を高めることを目的とします

開催日時 【開催日】 11月14日（土曜日）

【開催時間】

1部 9時30分～10時30分（60分）

2部 10時45分～11時45分（60分）

会 場 エイトアリーナ 体育室

内 容 クライミングの基本的なルールやマナー、登り方など基礎から学び、ボルダリングを楽しんでもらうことを目標とします。

講 師 株式会社JOL インストラクター

参加費 各部 1,000円

対 象 1部 市内在住・在園の年少～年長とその保護者（親子）
2部 市内在住・在学の小学生

募集人数 1部 10組（親子）
2部 22名 （各申込順）

持 ち 物 室内用運動靴、飲み物、タオル

申込方法 参加を希望する場合は、9月9日（水）～11月7日（土）までに参加費を持参の上**エイトアリーナ窓口**にお申し込みください。
※受付時間 午前9時から午後5時まで

教室当日の流れ

① エイトアリーナ 集合



② 開校式・・・1部の生徒は、 9時25分から行います。

2部の生徒は、10時40分から行います。

時間までに集合してください。

なお、上記時間前に参加者が揃いましたら開校式を行います。



③ 教室開始

注意事項

- ・室内用運動靴（つま先で小さい石を踏むので上履きの様な履き物が最適です）を用意しジャージや体操服など運動に適した服装でお越しください。
- ・教室中の水分補給用の飲み物を必ずご用意ください。
- ・参加者は各自の責任において健康を管理し、体調が悪い場合は絶対に無理をせず、参加をご遠慮ください。なお、主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負いません。
- ・天候などの関係（台風など）で、教室を中止とする場合があります。また、納入いただいた参加費は、参加者の都合による欠席や天候などの関係で教室が中止の場合も返金いたしませんので予めご了承ください。
- ・教室中、主催者側が撮影した写真等は、主催者および認可団体が作成するプログラム、パンフレット、募集広告、ポスター等に使用させていただく場合があります。
- ・教室開催中、主催者が参加続行に支障があると判断した場合は、参加中止の指示に従ってください。

問い合わせ連絡先

エイトアリーナ 電 話 9 9 9 - 7 0 1 1
年末年始、第2・第4月曜日休館
(祝日の場合は翌平日)
受付 9 : 0 0 ~ 1 7 : 0 0