

# ボルダリング 初心者講習会

12月21日(土) 11/21 受付開始

こども向け(親子可)講習 小学2年生~15歳

①13:00~ ②14:00~ ③15:00~

おとな向け講習 16歳以上

④16:00~

興味はあるけど、始めるきっかけが…。  
そんなあなた、この講習から始めてみませんか。これから始める人に最適な、ルールやマナー、基礎を学べて、  
競技への第一歩が踏み出せます!!

- ・時間:各回講習 50分
- ・定員:各回 10名(先着順 定員になり次第受付終了)
- ・申込方法:各回前日までに電話もしくは当館 1F 受付まで  
(朝 10時~夜 8時)
- ・料金:各回一人 税込み 500円(当日 1F 受付で支払い)
- ・当日受付:各回 30分前より 1Fにて
- ・運動のできる服装・上履きを必ず持参でご来館下さい

IKE・Biz としま産業振興プラザ  
〒171-0021 東京都豊島区西池袋 2-37-4  
TEL:03-3980-3131(お問合せ先)



Enjoy bouldering