

# ボルダリング 【無料】講習会

3月20日(土) 2/21受付開始

## 初心者講習

定員:10名

13:00~13:50

こども(親子可)の回

14:00~14:50

おとなの回

興味はあるけど、始めるきっかけが…。

そんなあなた、初心者講習に参加してみませんか。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!!

## ステップアップ講習

定員:10名

15:00~15:50

こども(親子可)の回

16:00~16:50

おとなの回

もっと上手になりたい、そんなあなたに、おすすめの講習会。

疑問やつまずきを解消して、ステップアップしましょう!!

※ルールや基礎を把握できていない方、未経験者は、参加できません。

当館の初心者講習会を受講された方は、参加できます。

- ・時間:各回講習 50分
- ・申込:前日までに電話もしくは当館 1F 受付へ(朝 10時~夜 6時)  
(先着順 定員になり次第受付終了)
- ・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)



※マスクの着用をお願い致します

※コロナウィルス感染拡大の状況により、中止になる場合があります。ご了承下さい。

ボルダリング