

体験会の内容＜ボルダー＞

＜導入＞ 約10分

リーダー説明

- クライミングシューズ合わせ
- 班分け（4～5名／班）と整列（個人マット4列設置）
- ボルダーの安全注意事項説明

＜展開＞ 約60分

- 1面（1課題）づつ4面（4課題）登る
* 1名／1面×4回
- 時間があれば更に回数を増やす

＜まとめ＞ 約10分

- 個人毎のまとめ