

週一レベルアップスクール 《2009年1期生 火曜日属クラス》

講習内容
足の置き方と基本姿勢
ホールドの持ち方と姿勢。ルートのみみ方とレスト
ホールドの使い方とムーブ
リズムとパワーセーブ。オンサイト技術

…スクールの期間…

2009年2月10日～5月12日までの3ヶ月

…定員…

最大6名（定員に達し次第、申込を締め切らせていただきます）

…料金…

①アウトドアなし ￥50000（会員￥38000）

②アウトドア（2回）

￥60000（会員￥43000）

（※スクールの申込時に選択をしていただきます。〒
口座番号 三菱東京UFJ銀行池袋支店
（替）7504647 有）フロンティアスピリッツ

…特典…

①スクール期間中は、ジムが無料で使えます。

②SHOP商品が全て5%オフになります。

—こんな方にオススメ—

- 限られた少ない時間の中で上達したい社会人の方。
 - 腕力・筋力などに自信のない女性・ご年配の方。
 - クライミングの経験が浅く早く上達を目指したい方。
- PUMPのレベルアップスクールは、ただ登るだけでなく技術的アプローチに重点をおいたスクールです。

- 1) ビギナー（5.8-10台前半）のお客様が、3ヶ月を1クールとしてレベルアップを目指すクラスです。
- 2) 週に1回のインドア講習（2時間*13回）と計1回のアウトドアスクールがついてきます。
- 3) リード・ビレーができる事が条件です。

インドアスクール日程表

2/10	14:00-16:00	3/31	14:00-16:00
2/17	14:00-16:00	4/7	14:00-16:00
3/24	14:00-16:00	4/14	14:00-16:00
3/3	14:00-16:00	4/21	14:00-16:00
3/10	14:00-16:00	4/28	14:00-16:00
3/17	14:00-16:00	5/12	14:00-16:00
3/24	14:00-16:00		

※講習日が、イベント・コンペと重なった場合は、休校となる場合があります。

アウトドアスクール日程表

2/8	A-ツリ 湯河原幕岩	4/5	A-ツリ 湯河原幕岩
2/15	チャレンジ 聖人岩	4/19	チャレンジ 河又
3/1	A-ツリ 湯河原幕岩	5/3-5/5	GW 小川山合宿
3/14・15	城ヶ崎合宿	5/10	A-ツリ 湯河原幕岩
3/29	チャレンジ 天王岩	5/24	チャレンジ 聖人岩

※1) 赤文字のアウトドアスクールは、『How toスクール』となります。『How toスクール』とは???アウトドアでクライミングを行う際に最低限覚えておいていただきたいルールやマナーを学ぶスクールです。黒文字のアウトドアスクールは、『チャレンジスクール』となります。

※2) 日程・場所は変更になる可能性があります。必ず直前にお問い合わせ下さい。

PUMP1号店 048-225-2919
スクール担当：中原・林

