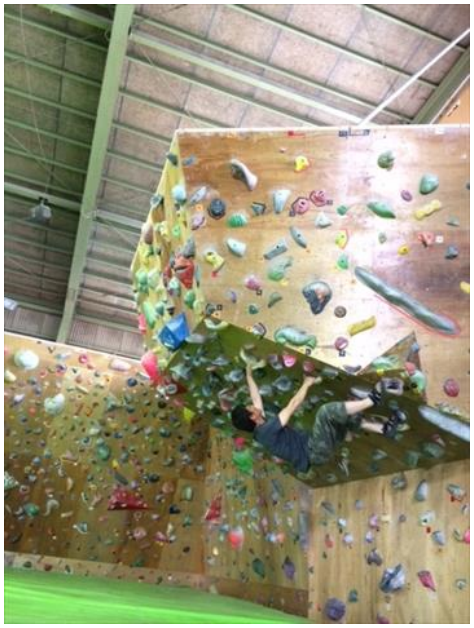
日程　平成 29 年 5 月 28 日　（高尾）岩場歩きを上手になるために(ボルダリング入門)

5/28　淵野辺駅－ストーンマジック－淵野辺駅　　影者　江頭（ゆ）

勧誘中のゲスト２名を交えて練習しました。

←001　６級チャレンジ

１年半ぶりとは思えない見事な身のこなし！！



002　確実なホールド→

リーダーの安定したクライミング☆

←003　懸垂下降

ロープを使って岩場を安全に下りる！

004　グレード表→

今回は９(初心者)～４級にチャレンジしました。

←005　ユニーク♪

ホールドには様々な形があります。

今回は赤ちゃんを踏んで登りました。