



ボルダリング

ココロもカラダも強くなる！
 夢中になっているうちに運動能力UP！

ボルダリングの魅力

「登る」というシンプルな動作が子どもたちは大好き！楽しみながら全身の力を鍛え、チャレンジ精神を育みます。

「できた！頑張った！」の達成感も味わえます。仲間と一緒に取り組むことで協調性やコミュニケーション能力を養うことができるのも大きな魅力です。

？ボルダリングってなに？

ボルダリングとはロープを使わずに低い岩や岩壁を登る今世界中で注目されている人気のスポーツです。室内クライミング施設では岩の代わりに色の付いた様々な形のホールドと呼ばれる突起物を壁に付け、手足、頭を駆使して登ります。年齢、性別を問わず誰でも簡単に始めることのできるスポーツで、全身運動のため筋力はもちろん、バランス、柔軟性が自然に身につきます。また女性のフィットネスや子どもの発育運動に最適！ワールドカップなどの大きな大会も行われ、日本人選手の活躍により人気急上昇中のスポーツです。



スクール内容

1 基礎体力アップ！

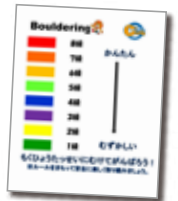
一見、握力と腕の力だけで登っているように思われがちですが、実は全身の筋力を使って登るスポーツです。なんととっても体幹の力をつけるのには最適！

2 脳トレ効果！

基本技術や安全性の意識＆マナーを身につけます。上達するにつれてスイスイと登り降りができるようになります。この動作は子どもの右脳を活性化しバランス感覚も養います。

3 達成感を味わおう！

ボルダリングを取り入れたゲームで、楽しく遊びながらレベルアップしてもえます。コースごとにレベル分けし、ひとりひとりの課題に向けて目標を設定し、練習に励みます。



進級表

料金

月会費 月2回コース キッズクラス(年中～小学生)
 ジュニアクラス(主に小学生)

月2回 4,500円(税抜)
 月2回 4,500円(税抜)

※開催日程は別途ボルダリングカレンダーをご確認ください
 ※別途諸費用1,000円(税抜)が必要となります。

入会費 10,000円(税抜) ※アップ教育企画の会員は不要

※動きやすい服装・お飲み物・内履きシューズをご持参ください。指定のユニフォームはありません。
 ※諸費用にはスポーツ保険・施設利用料・事務手数料他が含まれます。

笑顔が
 自慢のクラブです！
 いっしょに楽しもう！



CUPSマスコットキャラ
 バディくん