

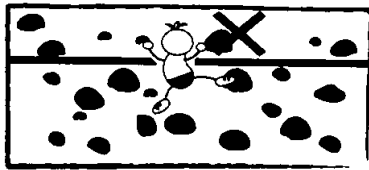
## お約束書(おやくそくしょ)

クライミングは注意をしないと大きなケガにつながる場合があります。事故やケガがないよう参加するためにつぎのことを守ってください。

おやくそくを守れない場合、危ない行動を見た場合、およびスタッフの指示を聞いてもらえない時は参加をしてもらえない場合があります。

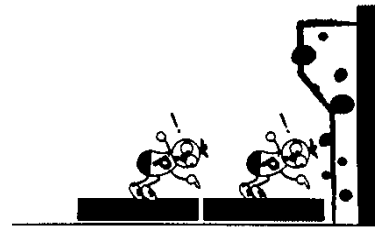
1

(あか・き) いろいろのテープより上には登りません!



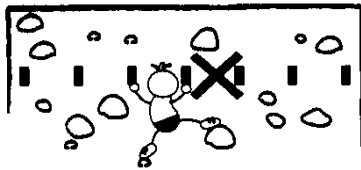
5

床とマットの段差に気をつけます! 登る時以外はマットに上がりません!



2

壁についている金具にはさわりません!



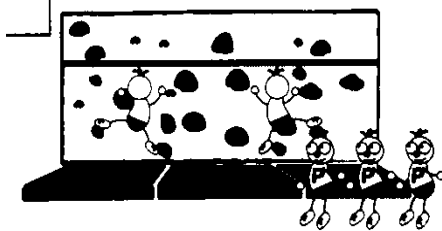
6

つか 疲れたら休憩をとり、休みながら登ります!

※気分や体調が悪い方はスタッフまで相談してください。  
また、病気やケガの治療中の方は無理をしないでください。  
なお、必要な準備体操は各自でおこなってください。

3

登っている他の人に気をつけます!  
順番待ちはマットの外でします!



7

この壁になれたからといって、家の塀や、外の壁などには登りません!



4

壁から降りる際は、飛び降りません!  
ホールド(石)を使って一つ一つ降りてきます!

