

うーたん健康 NEWSポーツ 体験隊

ボルダリングを体験しよう!

自分の力にあったコースを選び、ルートを考えながら登るのがポイントです。

★ボルダリングとは？
3~5mほどの高さでロープを使わずに、自分の手足を頼りに登る、体と頭の両方を使うスポーツです。

今回は KO-WALLの奥村さんにボルダリングを教えてください。



難しいそう... 僕にもできるかな

ずっとやってみたかったので楽しみです!



2020年東京オリンピックの正式種目となったスポーツ・クライミング/ オリンピックでは、速さを競う「スピード」、登る距離を競う「リード」、いくつかのコースを登ることができるかを競う「ボルダリング」の3種目の合計点を競います。

KO-WALL 滋賀
初心者から愛好者まで、幅広い層のクライマーがボルダリングを楽しめる施設です。様々な傾斜の3Dウォールがあり、本格的なクライミングが体験できます。
KO-WALL 滋賀 / ☎077-554-3515 住所 滋賀県栗東市小柿2-8-2

ボルダリングに挑戦!

ボルダリングは登るルートを目で確認してから登る、頭を使うスポーツです。



難しいコースにも挑戦!



自由に登り方を考えることができ、楽しい!

まずは、やさしいコースから



※ボルダリングは危険を伴うスポーツです。自分のレベルに合ったジムを探して楽しみましょう。