

# KID'S BOULDERING

**\*対象\***

100cm～135cmまでの小学生

※保護者同伴

**\*料金\***

20分400円 (シューズ代込)

**\*営業時間\***

OPEN～22:00 (最終受付21:40)

**\*受付・お問い合わせ\***

2Fボウリング場フロントまで

# ママ グ ス ミ ン グ エ に 登 場

ボルダリングはお子様の知力と体力を養う『知育スポーツ』です。

## ボルダリングで養われる体力

- ・腕と指の筋力アップ
- ・足の筋力と股関節の柔軟性が高まる
- ・背中筋力と肩の動作範囲がアップ
- ・強くブレない体幹になる

## ボルダリングを通して身につく知力

- ・集中力・忍耐力を養い、達成感を積み重ねられる。
- ・次の動きを考える事で判断力・思考力・計画力がアップ

ゲーム感覚で楽しみながら体幹を鍛えられ、頭の体操にもなります。