



今回クライミングに挑戦する読者モデル

クライミング体験 その2

パース駅から徒歩 20 分の Northbridge にあるインドアロッククライミング・ジム「Rockface」にて、本誌読者モデルがクライミング体験しました。



今回のクライミング体験を安全に行うため、「Rockface」の Bruno Lenembra さんに指導して頂きました。

飯島 康太さん

スポーツは、子どもの頃からサッカーをしていましたが、クライミングは今まで1回しかやったことがないので、ちゃんとできるか不安ですが、楽しみたいです！

トップロープにチャレンジ！



高い所はあまり得意じゃないけど、大丈夫かな？

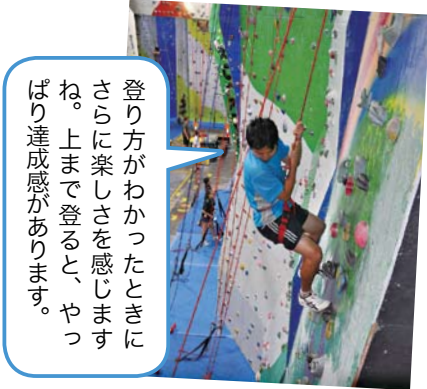


セーフ&セーフが大切。クライマーとビレーヤーが、ロープがちゃんとつながっているかお互いに確認してください。



さあ、後は登るだけです。

いってきます！



登り方がわかったときにさらに楽しさを感じますね。上まで登ると、やっぱり達成感があります。



降りる時は壁を蹴るようにするといいですよ。

ロープがあるからか、高さの怖さは全くないです！



体の向きを考えながら登って！

全身の筋肉を使いますね。

ボルダリングにチャレンジ！



この体勢からスタートよ。

え、ここからか！?



彼はとても上手だと思えます！

途中で手がプルプルする



自分でペース、自分でコースを選べるのが良いですね。

腕、指、腹筋の順番で疲れますね。

「Rockface」で働く Amy Gray さん(写真手前)にボルダリングを教えてくださいました。