



味わってほしいこの達成感！

始めてみない？クライミング

スポーツクライミング教本

完全図解 クライマー必須のクライミング技術を分析

東 秀磯著 江崎 善晴イラスト 山と溪谷社出版

ただ岩や壁を登るのの何が楽しいの？。めっちゃ楽しいしめっちゃ達成感ありますよ！！最初はただ登れたことが楽しいです。ゴールに手が届き下を見下ろした時の達成感、思い通りに登れた時の爽快感。どんどん難しい課題に登りたくなってきたら、もうあなたは立派なクライマー。

クライミングには色々な動きやテクニックがあり、絵で見るよりyoutubeなど動画を見た方がわかりやすいので、この本はその補助として読んでみてください。

