

ボルダリングには大きな事故、ケガにつながる危険があります。

ルールを守らないと、自分だけでなく、ほかの人にケガをさせることもあります。

ルールを守って、みんなで楽しく登りましょう。

ジムの中でのルール

• **登っている人の下に立たない。**

• **登っている人の下を歩かない。**

※登っている人は、いつ落ちてくるかわかりません。

• ひとつの壁で、登れるのは一人だけ。

• **登っている人のすぐそばで登らない。**

• 登る前に、まわりをよく見てから登りはじめる。

※となりの壁もよく見る。

• **登っていないときは、壁からはなれる。**

※登る人のじゃまにならないところにいること。

• 飛び降りるときは、下に人がいないことを確認して

から、飛び降りる。 ※できるだけ飛び降りない。

• ずっと同じところで登らない。

※他の人と交代しながら登ること。

• **マットの上で寝ころがらない。**

• **マットの上で休憩しない。**

• マットの上で、飲んだり、食べたりしない。

• **マットの上を走らない。**

• ボルトの穴に、ゆびを入れない。

※穴にゆびを入れたまま落ちると、ゆびが折れることがあります。

ルールを守らない人は登れません！！