

課題チェックシート (ESCALADE)

	10~8級 桃	7級 黄	6級 灰	5級 水	4級 橙	3級 赤	2級 緑	1級 青	初段 黒
スラブ	1 3	1 7 11	1 7 9 12 13	1 8 11	1 10	6 12	2 8	3	
垂壁	4 6 7	2 8	3 8	2 13	4 12	4	3		
105度	2	3 4 9 12	2 4 15	3 4 9 10 12	5 6 8 11	1 2 7 9 11	1 9 11	1 2 7 8	1 3
強傾斜	5 8	5 6 10 13	5 6 10 11	5 6 7 14	2 3 7 9	3 5 8 10	4 5 6 7 10	4 5 6 9	2 4 5

© 忍者ノボルダー

2016 4/30 更新