

# CLIMB@ MASALA

## KYMMENEN KÄSKYÄ

1. Hallitse turvallisuus
2. Muista lämmitellä hyvin
3. Kiipeile omalla tasolla ainoastaan itseäsi vastaan, mutta:
4. Uskalla haastaa itseäsi -> kehity
5. Tutustu rohkeasti muihin harrastajiin
6. Kysy vinkkejä ja neuvoja
7. Älä tuputa vinkkejä, neuvoja ja ratkaisuja
8. Ota huomioon lapset ja nuoret, ohjeista tarvittaessa
9. Keskity tekemiseen, varsinkin varmistaessa
10. anna meille rohkeasti palautetta ja ehdota kehityskohteita
11. (Bonus) nauti liikunnasta!

