

# RIG - GRIP GUIDE RIG 全ホールド共通

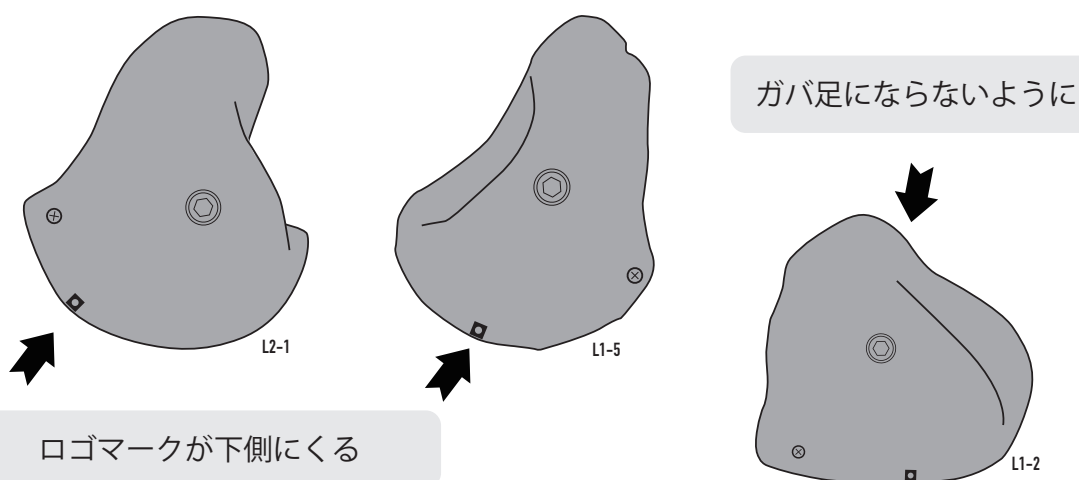
**SHOJIN**  
HANDHOLDS

RIG シリーズは単純な形をしているので、付け方の基本はほぼ変わりません。基本的な付け方のガイドラインを以下に記載しますので、それを参考にすれば、Grip Guide を見なくともある程度基本に忠実にセットすることが可能です。

RIG シリーズの特徴は持ち手の上の凹みやシワです。ホールドを足として使う時、ふつうは持ち手と反対側に刻まれているシワや凹凸、もしくは持ち手部分そのものを使いますが、RIG シリーズは少し変わっていて、その持ち手の上にフットホールドにするヒントが用意されています。もちろん持ち手部分も使えますが、このちょっとしたヒントによって、角度と向きの調整や、ムーブのアイデアが豊富に生まれます。フットホールドの制約が非常に厳しくなるので、中上級者向けのシリーズとなります。是非とも基本から逸れることない良い課題のセットに挑戦してみてください。

## BASIC DIRECTION

ホールドを付ける向きは、ロゴマークが下側にくるように、ちょいアンダーからサイド向きにつけるのが基本になります。水平向きに近くなっていく場合は、のちのガバ足にならないように最大限、注意するように心がけましょう。



**BASIC HOLDING** ホールディングは主にこの2タイプで、しっかりと小指から人差し指まで握り混んでいくのが基本です。

