«Страх не должен сбивать нас с дороги, которая простирается перед нами» Бьёрнстьерне Бьёрнсон

«В сущности, риск не велик: если падаешь, значит есть куда падать» Франс Эмиль Силланпяя

Скалолазание как вид спорта

Техника безопасности

Скалолазание без веревки – боулдринг

Скалолазание – шахматы

Если вы боитесь высоты – боулдринг