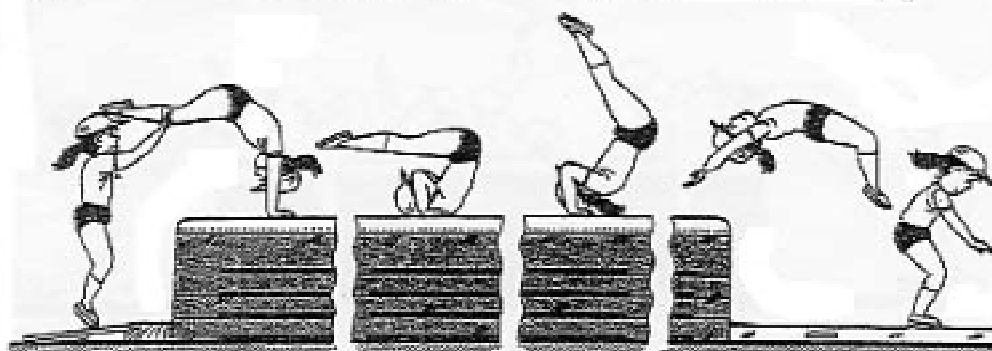


10. 首はね跳び



- 両肩がついたら、ひざを見ながら、足をふりだす。
- 体をそらして着地する。

診断ポイント ☐ きちんと着地ができる

練習の場

