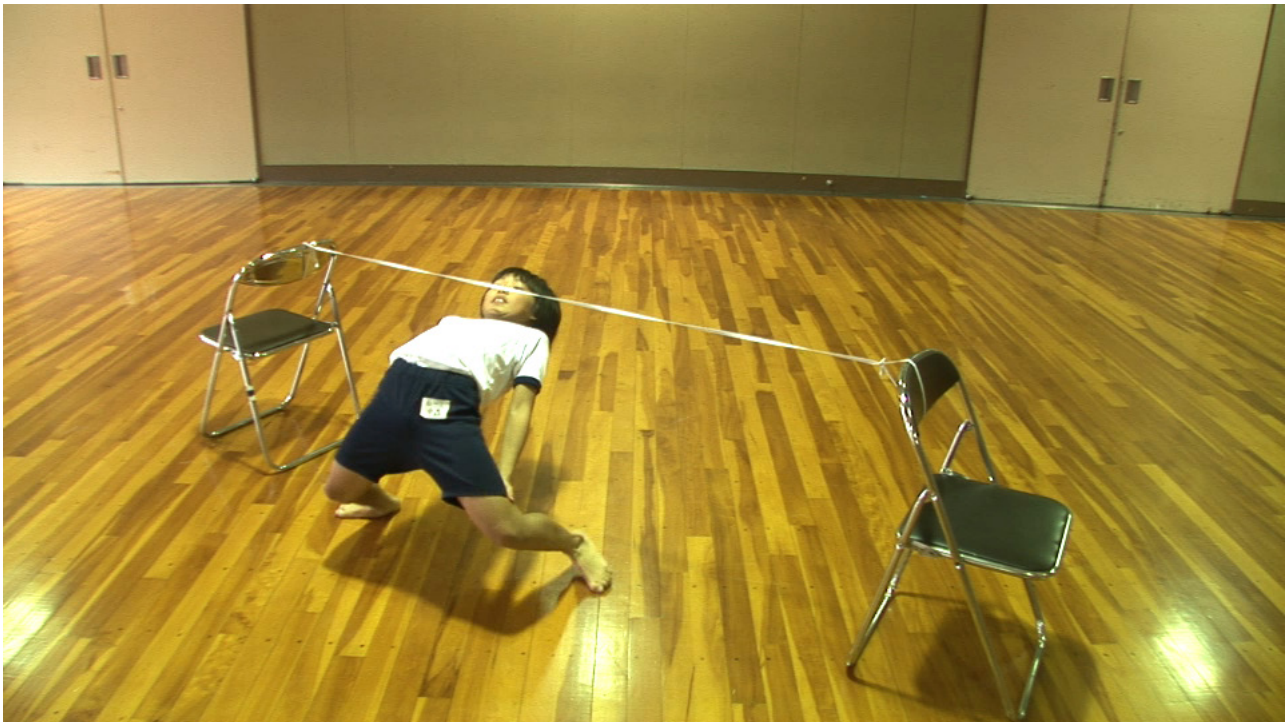




リンボーダンス

うごきかた

- 1 ぼうかひもの下を、体をそらせてくぐりぬけます。
- 2 ふれずにクリアできたら、だんだん低くしていきます。



ポイント

- ★ はじめはむねの高さからちょうせんし、
少しずつ低い高さにちょうせんしていきましょう。
- ★ 自分のげんかいに近い高さで何度もちょうせんするようにしましょう。
- ★ 手びょうしや曲のリズムに合わせてすると、より楽しみながらできます。