



玉掛3・3・3運動
3秒確認 玉掛ヨシ
30cm静止 地切りヨシ
3m離れて巻上ヨシ

玉掛3・3・3運動
3秒確認 玉掛ヨシ
30cm静止 地切りヨシ
3m離れて巻上ヨシ