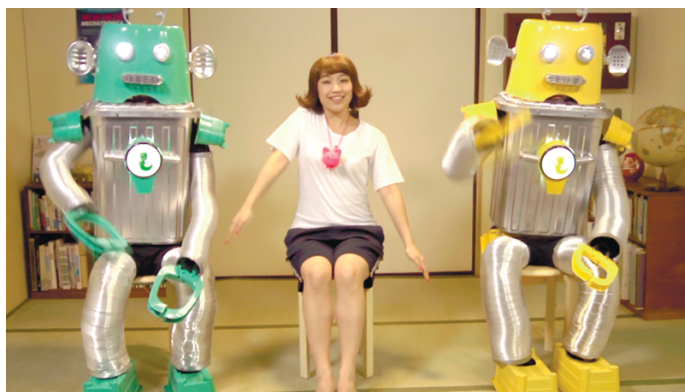




クattroロボ体操 肩

右肩を2度、
上げて下げて
上げて下げて



左肩を2度
上げて下げて
上げて下げて



次に
肩の左右を同時に2度前後に回してから
腕を身体の前で上に大きく広げます。



今度は
右手で左の肩をトントンと二度たたき
次に
左手で右の肩をトントンと二度たたきます。



腕を2度身体の前でまわして
最後に
腕を身体の前で交差しながら
上に大きく広げます。

※インターネットでも映像を御覧いただけます。