

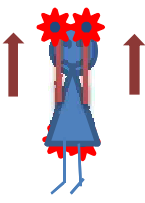
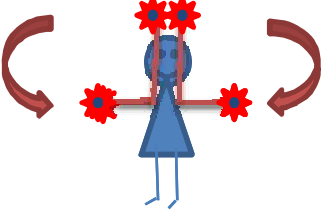
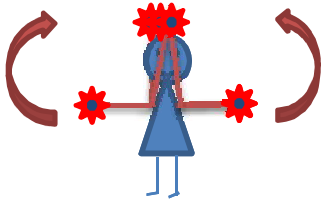
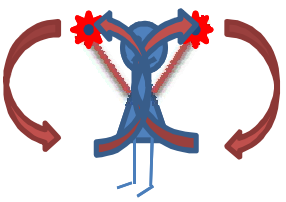


アームモーション(6種)

<p>1 クラップ</p>		<p>手をたたく動作。</p>
<p>2 シェイク</p>		<p>ポンポンを振る動作。</p>
<p>3 パンチ～ ～パンチ</p>		<p>手を突き刺す動作。 (アップ・ダウン・サイド・フロントなどのバリエーションあり)</p>
<p>4 オープンモーション</p>		<p>腕を広げて行く動作。 (ポジションからポジションへのバリエーションあり)</p>
<p>5 クローズモーション</p>		<p>腕を閉じて行く動作。 (ポジションからポジションへのバリエーションあり)</p>
<p>6 サークルモーション</p>		<p>肩や肘などを回す動作。 (フロント・サイドなどのバリエーションあり)</p>

アームポジション(8種)

グリップ・・・ポンポンを持つ手のこと(握り拳)

<p>1 セットポジション</p>		<p>脇をしめ、胸の前でポンポンを合わせる。 グリップ方向は小指側を前に向ける。</p>
<p>2 Highポジション</p>		<p>両腕を頭上にまっすぐ伸ばす。 グリップ方向は両手共に小指側を前に向ける。</p>
<p>3 Lowポジション</p>		<p>脇をしめ、両腕をまっすぐ真下におろす。 グリップ方向は両手共に親指側を前に向ける。</p>
<p>4 Tポジション</p>		<p>肩の高さに合わせ、両腕を左右横にまっすぐ伸ばす。 グリップ方向は両手共に親指側を前に向ける。</p>
<p>5 Lポジション</p>		<p>片腕はHighポジション、もう一方の片腕はTポジションに伸ばす。 グリップ方向は、各ポジションに準ずる。 * Right-L / Left-Lポジションの2方向有り。</p>
<p>6 high - Vポジション</p>		<p>両腕をななめ45度上の角度にまっすぐ伸ばす。 グリップ方向は両手共に親指側を前に向ける。</p>
<p>7 Low - Vポジション</p>		<p>両腕をななめ45度下の角度にまっすぐ伸ばす。 グリップ方向は親指側を前にむける。</p>
<p>8 オブリークポジション</p>		<p>片腕はHigh-Vポジション、もう一方の片腕はLow-Vポジションに伸ばす。 グリップ方向は、各ポジションに準ずる。 * Right / Leftオブリークポジションの2方向有り。</p>