

Samsun - Pontos

Music:

۲۲۲.

Alashaa

$\begin{array}{ccccccc} & \rightarrow & & \leftarrow & \rightarrow & & \leftarrow \\ R & & L, R & (H), L & (H), \\ & & st & st & \end{array}$

I $\rightarrow$ II
I $\rightarrow$ III
のときに入れる。

⑤へ 上体屈
肩袖外 特にはジジの動きはない

III $R \xrightarrow{L} R \xrightarrow{L} R \xrightarrow{L} \dots$ $R \xrightarrow{L} R \xrightarrow{L} R \xrightarrow{L} R \xrightarrow{L} R$

④ 手回す、

TikMonon

Denić