

= Syrtós Náxou =

シルト ナクス

Naxos-Ellas

« Misemós » など

5~10人程度がよい感じ
1-2人目は、ただただ「4-7」でいい。2-3人目もそうしてもよい。

< Basic > $\overrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \overleftarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \dots$

上下動のある海 Syrtó.

(W)

< Var > $\sim \uparrow \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \text{Rev}, \dots$

$\sim \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\sim \uparrow \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

< Leader >

の1人目。



手を替える

2人目を左向
L2A-4

アチをくぐり
終えたら

手を替える。

1人目2.

$\sim$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

ポーズ

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

$\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots$

右手指を
床に
押しつける

手を右に替える
頭上を通す

2-3人目を
背からくぐり

2人目をトワール
2回~3回替える、
3人目は手をはなす、

2-3人目を
背からくぐり

2人目をトワール
2回~3回替える、
3人目は手をはなす、

2-3人目を
背からくぐり

2人目をトワール
2回~3回替える、
3人目は手をはなす、

2-3人目を
背からくぐり

2人目をトワール
2回~3回替える、
3人目は手をはなす、

2-3人目を
背からくぐり

< ロメモ >

ここに、次のStepを挿入してもよい。

$\left[\overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L}, \overleftrightarrow{R} \overleftrightarrow{L} \overleftrightarrow{R}, \dots \right] (x3)$

2024.7.7

Deni