



とる

できるポイント





指をしっかりと開き  
両手を前に出す





相手に見せる






うでとむねで  
はさむ





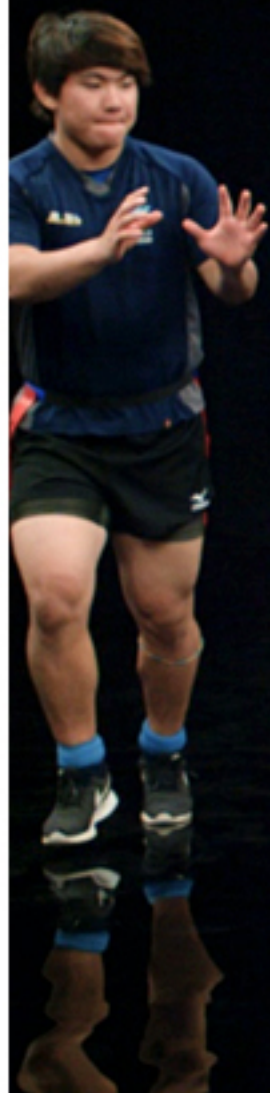
投げる

できるポイント





相手の方向を向く







のばす 

 下から  
投げる









相手に向けて  
のパス





タッグをとる

できるポイント





