

# デコルテ パート 5

全 20 工程中

## 12~14 の工程

パート 2 は全 20 工程の 12 から 14 の工程になります。

ここでは、

肩甲挙筋を伸ばしていきます。



パート 5

## ポイント

肩甲挙筋をしっかり捉え、  
手の密着を意識しましょう。