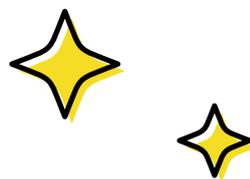


ハンド パート 2

全 13 工程中

3~6 の工程



パート 2 は全 13 工程の 3 から 6 の工程になります。

ここでは、

手のひら、手の甲の筋肉を緩めていきます。



パート 2

ポイント

細かい手技ですが、
雑になりやすいところなので
筋肉を意識して丁寧に行いましょう。