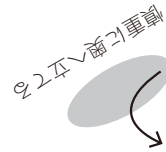
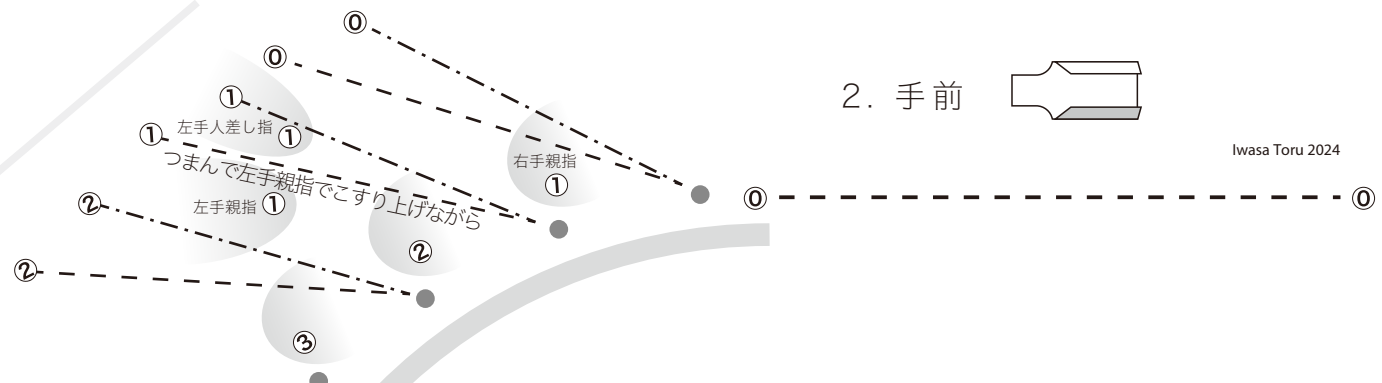
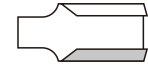


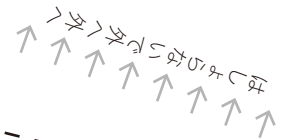


2. 手前

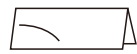


↑ 時計回りにねじる

ⓐ 裏側の端を内側に巻き込みながら



なだらかに



左きき用

ばれん竹皮包み練習

- 山折り
- - - - - 谷折り

1. A4サイズの紙にプリントアウト
2. 半分に折って、✂切る
3. ① 4本折る
4. 1. 奥 ① ② ③ ...
5. 2. 手前 ① ② ③ ...
6. ねじって把手をつくる

1. 奥

