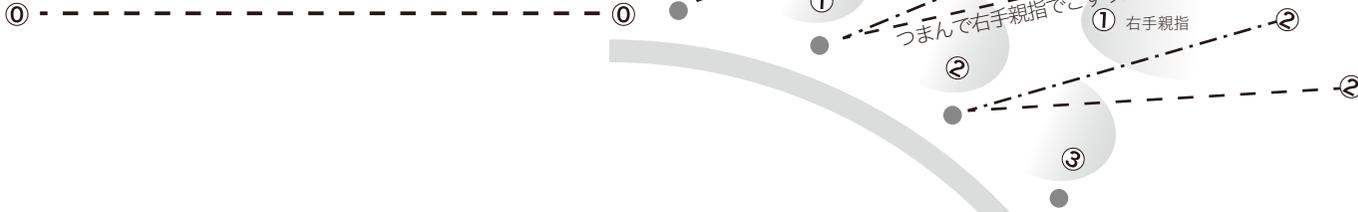
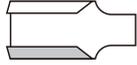


2. 手前

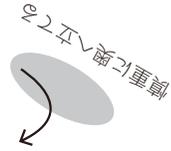


右きき用

ばれん竹皮包み練習

- 山折り
- - - - - 谷折り

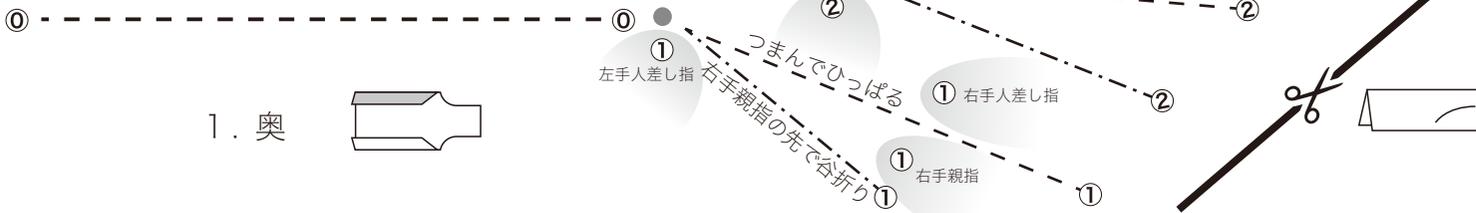
1. A4サイズの紙にプリントアウト
2. 半分に折って、✂️切る
3. ④ 4本折る
4. 1. 奥 ① ② ③ ...
5. 2. 手前 ① ② ③ ...
6. ねじって把手をつくる



↑ 時計回りに折る
③ 両側の端を内側に巻き込みながら



ねだらかに



1. 奥

