

# 第3回前蹴り上げチャレンジ!!

**挑戦者募集!!**

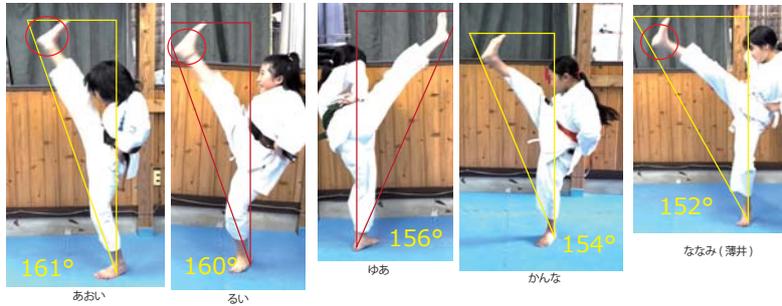
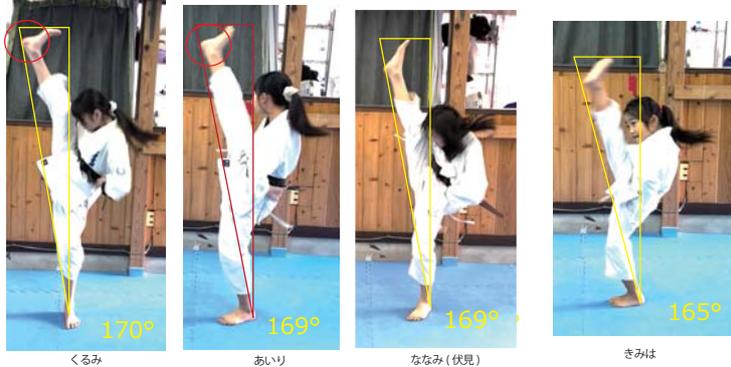
記録更新を希望する人は稽古終了後に、先生に申し込んでください。

- 蹴り上げのルールです。  
5つの点に注意してください
1. 軸足のカットが上がらない (-1)
  2. 手を腰からはなさない (-1)
  3. つま先は、伸ばす (-1)
  4. 頭を下げない (-1)
  5. 軸足のヒザは曲がらない (-1)

現在の記録は、2月23日までの記録です。

記録更新した人には **NEW** マークがつきます。

## 【女子】



## 【男子】

