

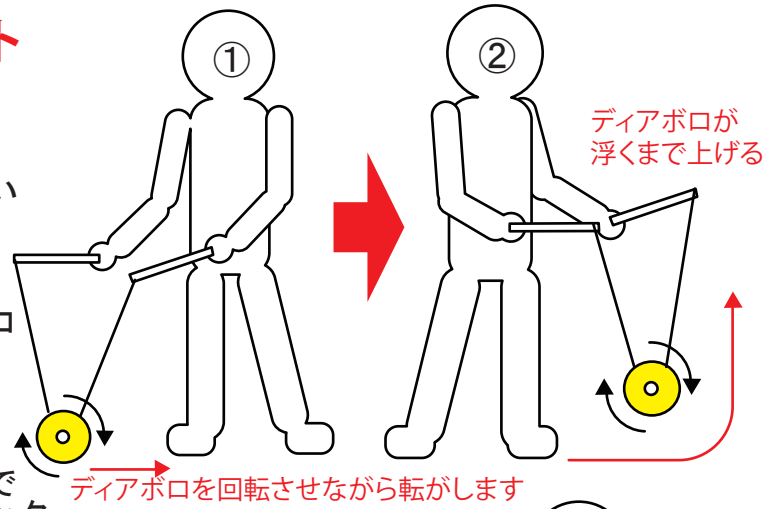
1, 基本的な回し方、ローリングスタート

①糸にディアボロをのせ、糸がV型になり、スティックの高さが同じになるように構えます。ディアボロを少し地面で転がし、回転をつけるようにして、右足の外側から左足を越えるくらいまで転がします。

②転がしながら回転をつけ左足を越えた辺りでディアボロを持ち上げます。この時にディアボロがしっかりと回っているように何度か繰り返して練習をしてください。

③ディアボロの回転を安定させるため、右スティックで太鼓を叩いているようなリズムで上下に小刻みに動かします。左右両方のスティックではなく、必ず右手だけを動かすようにしてください。

④左右のスティックの間隔は肩幅より広くならないように。両スティックの高さは常に同じくらいの高さにすることがコツ。図④のように広すぎるのはダメ!ディアボロが傾きやすくなってしまい安定した回転が得られません。



ディアボロを回転させながら転がします

右スティックを小刻みに上下

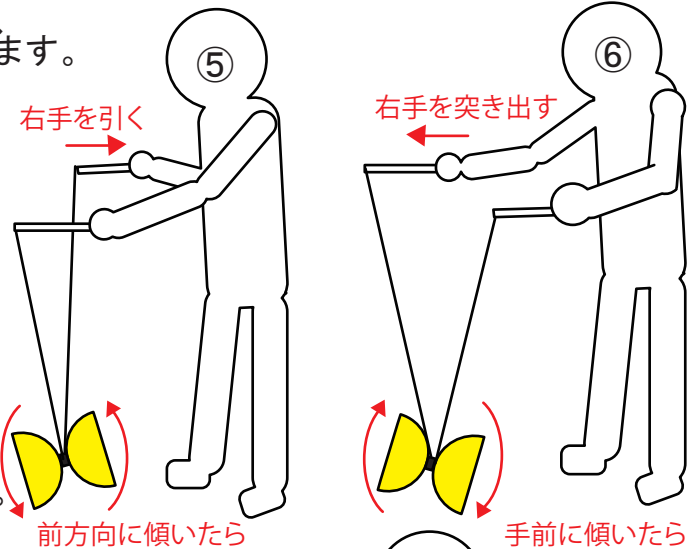
左右のスティックが広すぎてX

2, バランスを保ち、長くまわそう!

⑤ディアボロのバランスがくずれて前後に傾くことがあります。安定した回転を続けれるようになったら次はバランスの取り方をマスターしよう!

自分からディアボロを見て前方へ傾いた場合には、小刻みに上下させながら右スティックを自分に寄せます。

⑥逆にディアボロが手前に傾いたら右手を突き出しつまり、ディアボロが傾いた方向とは逆に右手を動かすことで傾きを直すことができます。



右手を引く

右手を突き出す

前方向に傾いたら

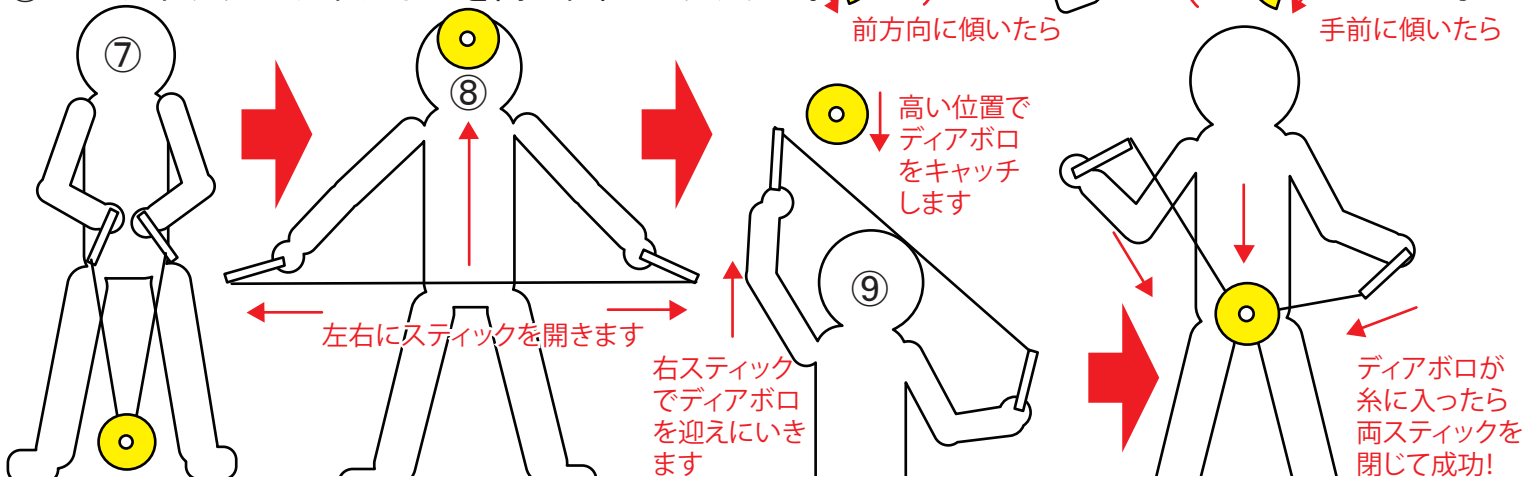
手前に傾いたら

3, ディアボロをジャンプ!!

⑦しっかりディアボロを回転させ、両スティックを高さを揃え、いったん閉じます。

⑧真横に両スティックを一気に開きディアボロを飛ばします。糸がピンと張るまで開くのがコツ。

⑨右スティックでディアボロを高い位置でキャッチ。



左右にスティックを開きます

右スティックでディアボロを迎えにいきます

高い位置でディアボロをキャッチします

ディアボロが糸に入ったら両スティックを閉じて成功!