

鉄棒の技 虎の巻

【上がる技】

跳び上がり



逆上がり



膝掛け上がり

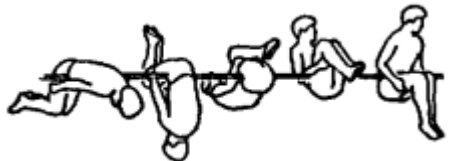


ももかけ上がり

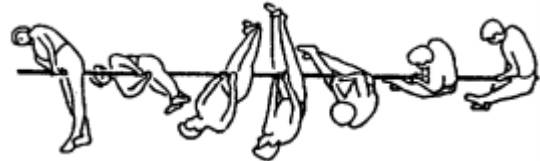


【回る技】

だるま回り



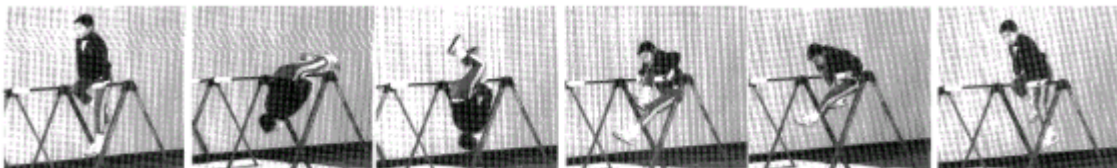
スティックターン



蹴上がり



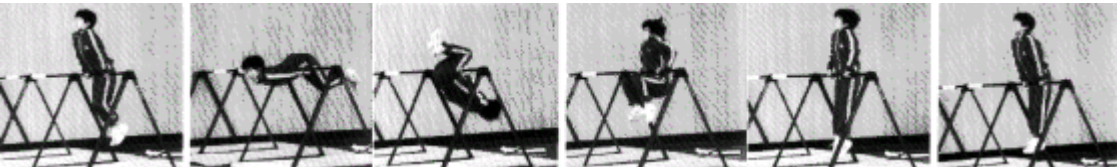
前方膝掛け回転



後方膝掛け回転



前方支持回転



後方支持回転



ももかけ回り



両膝回り

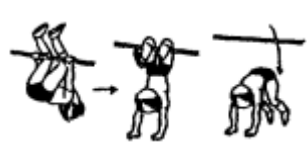


【降りる技】

後ろ跳び降り



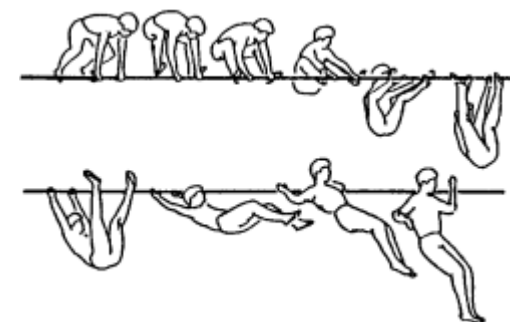
逆立ち降り



前回り降り



グライダー



こうもり降り

