

# ALSOK お披露目パレード編

カウント	歌詞	振り付け説明	振り付け
カウント	1・2・3・4	両手を下げた状態でスタート。 右手から、腰～右上に上げる。 左手も同様、腰～左上に上げる。 (両手を上げた状態)	
1-8	ALSOK!	両手を外側から1回転させ、 ガッツポーズ。同時に足を肩幅に 開きながら腰を落とす。飛び上がり ながら足を交差し、1回転。	
1-8	いつも応援	右手を内側に下ろして上げる。 左手も同様に、両手を外側に下ろし、 内側に円を描くよう一回転した後、 旗を後ろで担ぐようにして上へ。	
1-8	ありがとう!	右手を下ろし、左手を下ろす。 頭を下げて、再び上げる。	
1-8	ホーム セキュリティの	両手を閉じ、右手を下げ、 左手を上げる。 手を逆に繰り返す。 両手を閉じ、右手を時計回り、 左手を反時計回りに回し、 胸で交差。	
1-8	ALSOK!	両手を下ろし、右手を上、 左手は左横に、右足を後ろに下げる。 右足を元に戻し、左手を上、 右手を左横に。	
1-4	明日に 向かって	交差した両腕を上げながら 体を1回転。	
1-8	東京2020	両手で2を描き、そこから0を 描く様に2回転。 そのまま右手を頭の後ろに、 左手は左肩の高さに上げて 腕を伸ばす。 同時に右足を上げる	
オフィシャルパートナー くらべれば! ALSOK!		体を横に、両手は顔の前まで上げて、 左脚を後ろに、両手は回転させる。 右手、左手の順で腰のあたりで 両手を交差。 両手を内回しで1回転。 決めポーズは、両手を腰あたりで 止める。	