


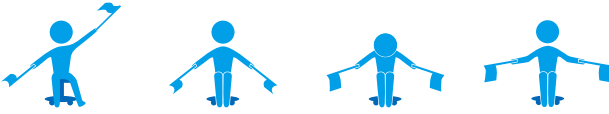
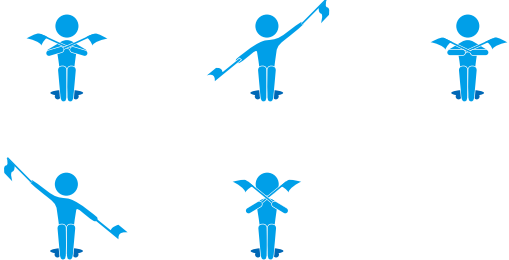

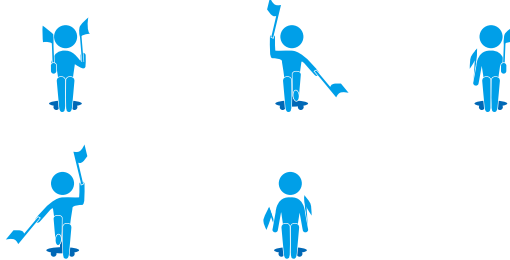



ALSOK お披露目パレード編

(座位 Ver.)

カウント	歌詞	振り付け説明	振り付け
カウント	1・2・3・4	膝の上に両手をのせてスタート。 右手から上げる。 左手も同様に上げる。 (両手を上げた状態)	
1-8	ALSOK!	両手を外側から1回転。 ガッツポーズから、小さく旗を振る。	
1-8	いつも応援	右手を内側に弧を描くように上げ、 右足を前に出す。 左手も同様に内側に弧を描くように 上げ、左足を前に出す。	
1-8	ありがとう!	右手を下ろし、右足を戻す。 左手を下ろし、左足も戻す。 頭を下げた後、再び上体を起こして 正面を見る。	
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。 両手を閉じ、 手を逆に繰り返す。 もう一度両手を閉じる。	
1-8	ALSOK!	両手を下ろした後、右手を上、 左手は左横に伸ばす。 左手を上、右手を左横に変える。	
1-8 1-4	明日に向かって 東京2020	旗を胸の前から、右手と左足を 上げて行進のポーズ。 手足を逆にもう一度。 これを3回繰り返す。	
1-8	オフィシャル パートナー	両手を広げてから閉じて、 もう一度広げる。	
くらべれば!	ALSOK!	右手を体の左下に下げる。 左手を体の右下に下げる。 クロスした両手を内側から 外側に円を描くように1回転し、 最後は胸の前でクロス。	