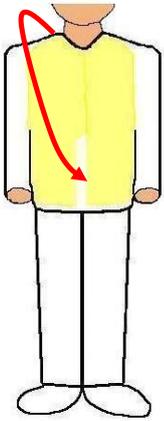


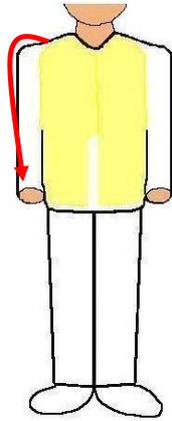
# トルトル実施基本手順

1



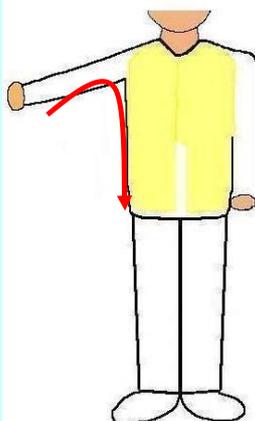
右前面  
肩の後ろから  
腹にかけて

2



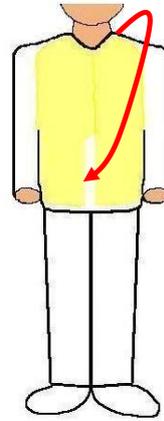
右腕  
肩口から  
手首にかけて

3



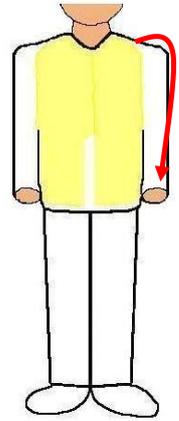
右脇下  
手首から脇下  
脇腹にかけて

4



左前面  
肩の後ろから  
腹にかけて

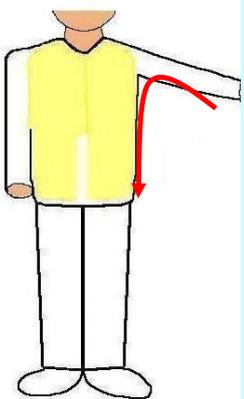
5



左腕  
肩口から  
手首にかけて

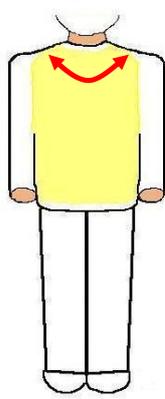
※ 更衣室で更衣後と工場入場時にこの方法でトルトルして

6



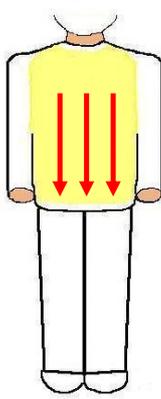
左脇下  
手首から脇下  
脇腹にかけて

7



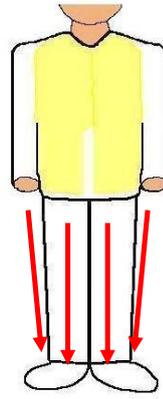
背中  
首周り

8



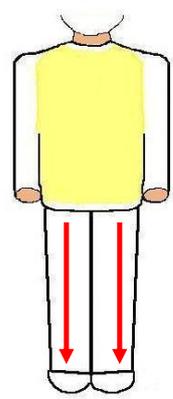
背中  
背中から腰を  
全体的に

9



下半身前面  
足の側面前面  
を上から下へ

10



下半身背面  
足の背面を  
上から下へ