

第12章

上を目指すカーラーのための大会プラン

4

4

1

3

5

- 1) _____ 1
- 2) _____ 1 30
- 3) _____
- 4) _____

5)

1

▪

▪

▪

1

▪

▪

▪

▪

▪

45 1

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)

2

2

3

4



1 2

-

- - -

1 2
