

# NEW! シンクロナイズドGボール (第1部) 2015

曲名: "Happy Birthday" 歌: 的野 祥子 時間: 1分18秒 iTunes: <https://itunes.apple.com/jp/album/home-single/id453179322>

歌詞 ▶ 君だけに贈る "Happy Birthday" ~ ♪ ~ ♪ ~



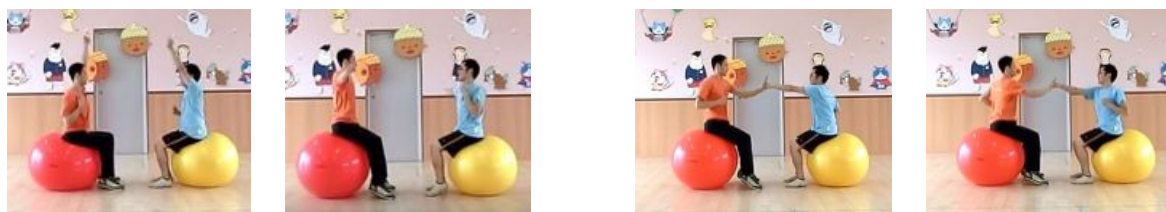
同時に立ち上がりポーズ。宙でボールを弾いてキャッチ。ボールを頭の上にして（あるいはお腹で抱えて）一回転。

( 間奏 ♪ ~ ♪ ~ ♪ ~ ♪ ~ ♪ ~ ♪ ~ )



スキップしながらドリブルで8の字に回る。（中央で交差する際にボールを交換）互いに向き合って座る。

Happy birthday to you. いつも頑張る君に「おめでとう」「ありがとう」伝えたいんだ



ボールで弾みながらゲーの手を「上・上・横・横」と伸ばす。

手をゲー、ゲー、パー、パー（もう一人は パー、パー、ゲー、ゲー）にして相手と手を合わせる。もう一度 繰り返す。

ちょっと辛い日も 強がってる君の 痛みも 涙も そう わかっているから



開脚してボールの上を転がり、ボールをお腹の下に持ってくる。正面にポーズ。一回転して（手は自由でOK）反対側にもポーズ。

君がどんな声をあげて 生まれてきたのか どんな夢を見たのか



ボールの上をお腹で8回連続で弾み、1/4回転する。

## 育った街 見てきた景色 順番に知っていきたいんだ ～ ～



そのまま落ちずに正座（お尻は浮かす）でボールに乗り、ポーズしてキープ。

## やってきた 今年もまた ～



そのまま落ちずに **お腹、お尻、お腹、お尻**で2回ずつバウンドする。

## 君がひとつ 大人になる日



ボールから手を離してバランスをキープし、頭の上で一回拍手。

## 生まれてくれて 出会ってくれて 愛してくれて ありがとう ～



後ろ向きになって背中ではボールの上を転がり、押し戻してもらう。交代して同じことを行う。

※サポートする人は、ペアの手（または手首）を掴んで上に少し引っ張り上げる。そして前に押し出すのがコツ。 [練習方法](#)



ボールを重ねて、2人同時に手を離して一回転する。ボールを片手で押さえて、決めのポーズ（自由なポーズ）。

※それぞれの動きの回数やタイミングは、動画でご確認ください。ご不明な点は事務局までご連絡ください。 Tel: 03-5787-7298