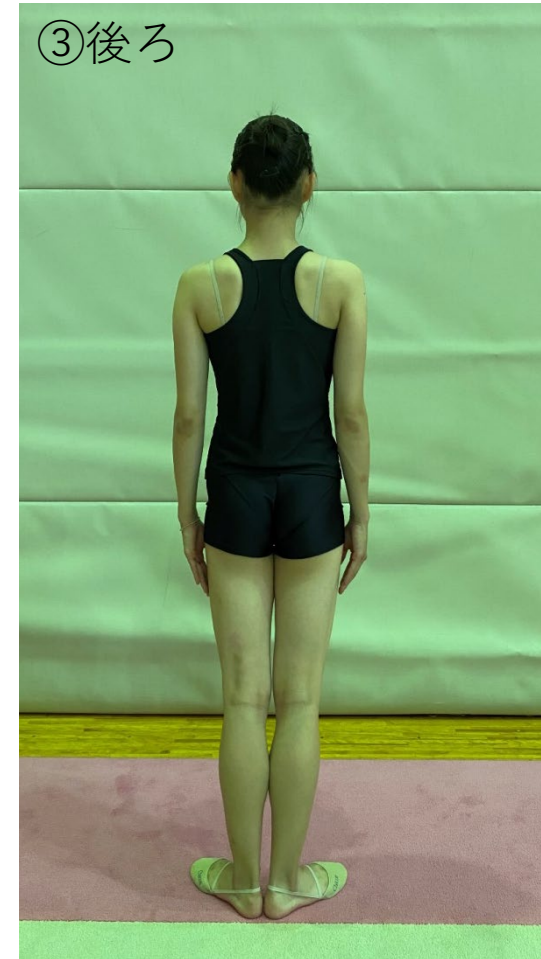
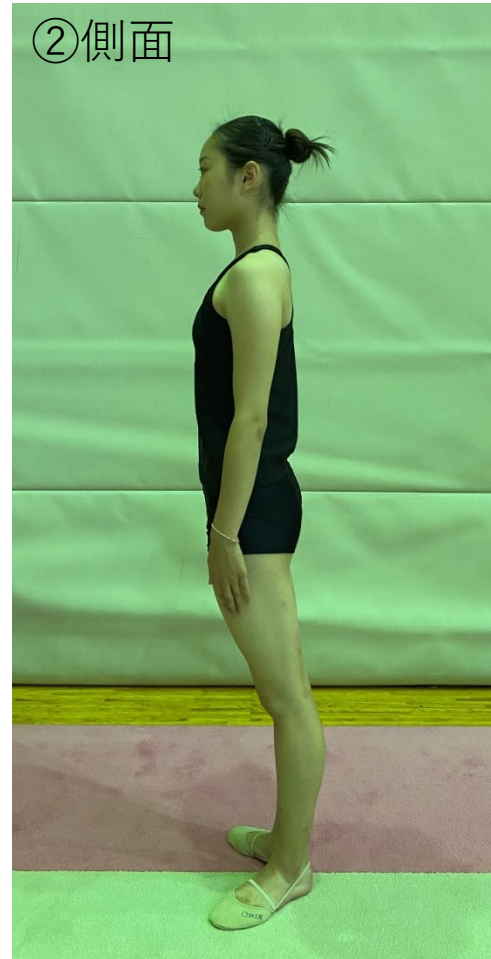


# A.立位姿勢（縦長写真）

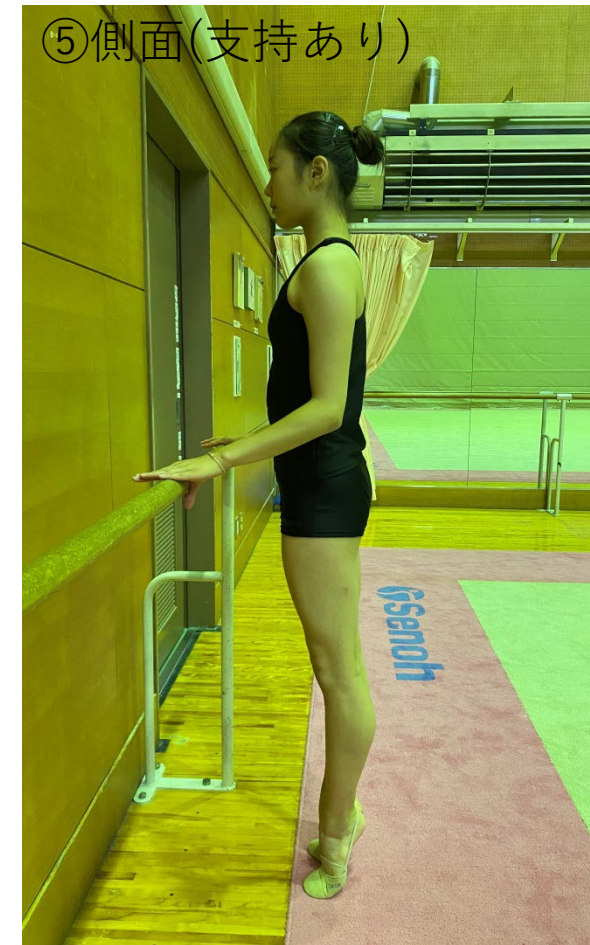
- ・腕は体側、足は90度を開いたポジションで真っ直ぐに立つ。
- ・写真は正面、側面、後ろの3方向から撮影する。

★カメラ（レンズ）は、対象にまっすぐに向ける（すべての写真において）。



## B.ルルベ (縦長写真)

- ・手は肩のラインに上げ、足は6番ポジションでルルベをして立つ。
- ・写真は正面、側面の2方向から撮影する。
- ・⑤は支持あり、支持なし、どちらかのみでよい。



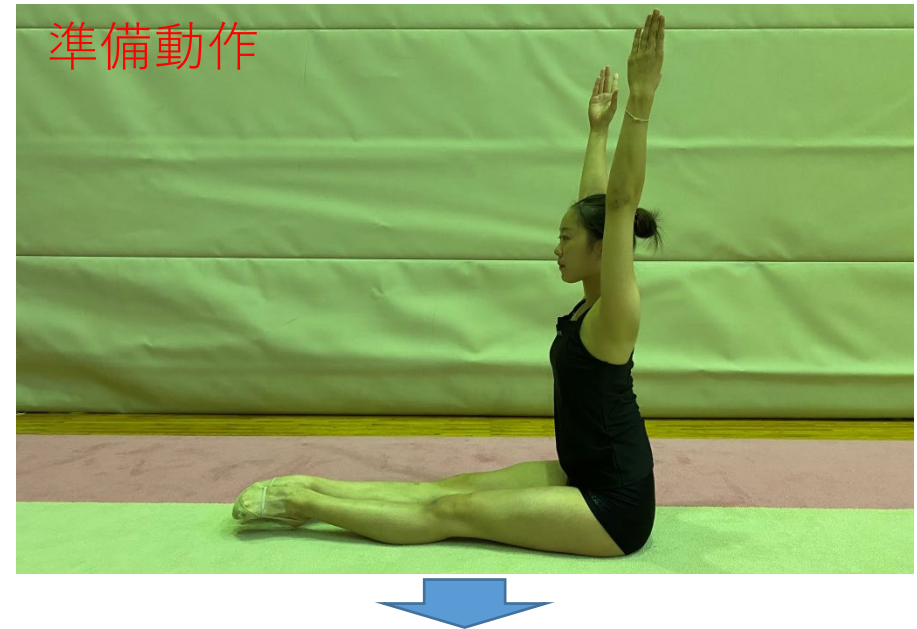
## C.つま先（長座）横長写真

- ・カメラに対して右を向く。
- ・長座になり、手は体の横に置き、脚を伸ばす。
- ・膝とつま先をしっかり伸ばす。



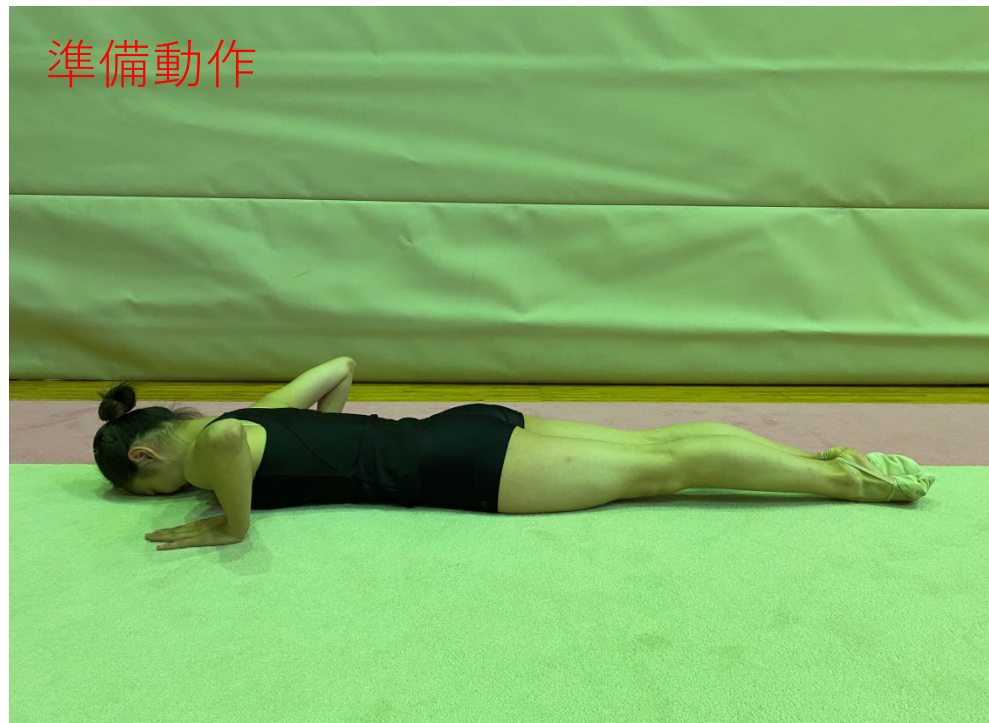
## D.長座体前屈（横長写真）

- ・カメラに対して右を向く。
- ・長座の姿勢から両手を頭上におく。
- ・上体を前に倒す。



## E.座位後屈（横長写真）

- ・カメラに対して右を向く。
- ・うつ伏せになり、脚は閉じる。体の近くに手を置き、上体を後方へ反らす。



## F.左右開脚（横長写真）

- ・左右開脚をして、手は体の後ろに置く。  
上体を手で支えてもよいが、上体が真っ直ぐになるようにする。
- ・写真は正面、側面の2方向から撮影する。側面から撮影する際は、カメラに対して右を向く。

⑨左右開脚(正面)



⑩左右開脚(側面)



## G.前後開脚（横長写真）

- ・ 前後開脚をして、手は体の横に置く。
- ・ 写真は正面、側面の2方向から撮影する。
- ・ 側面から撮影する際、右脚前の開脚では、カメラに対して右を向く。  
（左脚前の開脚では、カメラに対して左を向く。）
- ・ 右脚前/左脚前どちらも撮影する。

- ⑬左脚前(正面)
- ⑭左脚前(側面)

⑪前後開脚/右脚前(正面)



⑫前後開脚/右脚前(側面)



# H.パンシエ (縦長写真)

- ・ 右脚軸パンシエでは、動脚になる左足を軸脚の右足の前に平行で置く。  
左足つま先の先端ラインに合わせて両手を床につき、その状態を保ったまま左脚を上にあげてパンシエの形をとる。（\*左脚軸パンシエではその反対）
- ・ 側面から撮影する際、右脚軸パンシエではカメラに対して右、左脚軸パンシエでは左を向く。
- ・ 写真は正面、側面の2方向から撮影する。
- ・ 得意とする開脚のみの撮影でよい。

