

|  |  |
| :---: | :---: |
|  |  |
|  | － |
|  |  |
|  <br>  |  <br>  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  | O） |
|  |  |
|  |  |



[^0]|  |  |
| :---: | :---: |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| ■冊违区细 |  |
|  | － |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

## 



全金
 0

## 

 －胦运

[^1]


シェイクアウト訓練の一例




$1 \infty$
$\mathrm{mN}-\mathrm{O}$


[^0]:    

[^1]:    ## 

