

拋接技術動作

名稱：繩吊陀螺

步驟 1

將陀螺打在定點快速轉動後。



步驟 2

面向旋轉的陀螺，繩線張開，右手拿繩線末端處，逆時鐘方向繞陀螺釘。然後用左手輕輕釣起陀螺，使陀螺落在右手掌心中旋轉。



步驟 3

然後用左手輕輕釣起陀螺，使陀螺落在右手掌心中旋轉。



拋接技術動作

名稱：手掌接陀

步驟 1

用側向拋擲陀螺的要領拋擲陀螺向左側處，等到陀螺快離線時，手腕迅速往右上方抽繩，則陀螺會成拋物線狀飛向右側方，再用右手手掌接住旋轉的陀螺在掌心中。

手掌接陀螺連續示意圖

