

①

RLR LPL RLR LPL

②

R LRLRLR LR LPL

どうですか？

さてさて、②の赤字ですが、ココが肝心！ココをいい加減にする
とこれから先全てがいい加減になります。ホントに！

説明は動画の方がわかりやすいのでそちらを！