

第38回中四国フィギュアスケート選手権大会
シングル演技予定要素リスト(申込書に添付すること)

出場クラス (該当するものに○)	選手権	・	Jr選手権	・	ノービスA	・	ノービスB	・	5級		
	4級	・	3級	・	2級	・	1級	・	初級	・	無級
氏名					性別	男 ・ 女					
所属連盟	県スケート連盟				所属クラブ						

順番	ショートプログラム		フリー スケーティング	
	時間	要素名	時間	要素名
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9	以下は記入例			
10				
11	0'15"	ダブル アクセル		
12	0'40"	3Lz+2Lo+2T		
13	1'10"	スパイラル ステップ		
14	1'45"	足換 フライング スピン コンビネーション		
15				
16	2A・1Lz・3Lo・4T・CCoSp・SISt 等の略称可			

※実際の演技の際に、予定を変更して演技することは許されています。

第38回中四国フィギュアスケート選手権大会
アイスダンス 演技予定要素リスト(申込書に添付すること)

出場クラス (該当するものに○)	選手権 ・ Jr選手権 ・ JA ・ JB ・ JC
	JB ・ JC 課題曲
氏名 (1)	氏名 (2)
所属 (1)	所属 (2)

ショート ダンス			フリー ダンス	
順番	時間	要素名	時間	要素名
1				
2				
3				
4				
5		今回は、フリーダンスのみでショートダンスは行いません。		
6				
7				
8				
9				
10		以下は記入例		
11	0'15"	A:サーペンタイン ステップ		
12	0'40"	C:サーキュラー ステップ		
13	1'10"	F:STw		
14	1'45"	ストレートLi + カーブLi		
15	※トウイズル・Se/CiStは必ずF/B・A/Cを記入			

※所属には、所属連盟・所属クラブを記入してください。

※実際の演技の際に、予定を変更して演技することは許されています。