

演技予定要素表

参加クラス ()
 登録クラブ ()
 氏 名 ()

フリー スケーティング			
順番	記号	要素名	
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
	2A	ダブル アクセル	Jumps
記入	2Lz+2Lo+2T	2Lz+2Lo+2T	A.T.S.Lo.F.Lz Spins
例	ChSq	コレオスシーケンス	SSp.CSp.Usp.CoSp
	CCoSp	足換 フライング スピン コンビネーション	フライング:F 足変 え:C Steps
	2A・1Lz・3Lo・4T・CCoSp・SISSt 等の略称可 分からなければ日本語で可		Stsq.ChSq