

第13回出雲市スケート大会 フィギュア演技予定要素リスト

※ 申込書に添えて提出してください（任意：出来るだけ提出をお願いします）。

出場クラス (該当するものに○)			
氏 名		性 別	男 ・ 女
所属クラブ		登録番号	

フリースケーティング				
順番	時 間	要 素 名	時 間	要 素 名
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11			以下は記入例	
12			0'15"	ダブルアクセル 又は 2A
13			0'40"	トリプルルッツ+ダブルループ 又は 3Lz+2Lo
14			1'10"	コレオスパイラル 又は ChSp
15			1'45"	スピンコンビネーション 又は CoSp

※ 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。