

第28回北関東フィギュアスケート選手権大会 演技予定要素リスト

(記入日: 年 月 日)

参加クラス: 丸で囲む (男子 女子) (A1・A2・B1・B2・C1・C2・D1・D2・E・F)

(男子 女子) (ゴールドA・ゴールドB・プラチナA・プラチナB)

氏 名 ()

登録クラブ ()

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(2Aでも可)		
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	ジャンプは2A・3S・1Lz・3Lo・4T 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。