



①
滑走ブルークから基礎
パラレルターンへの展開

④
パラレルターン
(大回り)

⑦
横滑りの展開

②
総合滑降
リズム変化

⑤
ブルークボーゲン

⑧
パラレルターン
(小回り・不整地)

③
シュテムターン

⑥
基礎パラレルターン
(小回り)

※実施斜面は天候・斜面状況により変更することがある。