



① ブルークボーゲン

③ 基礎パラレルターン
(小回り)

⑥ パラレルターン
(大回り)

② 滑走ブルークから基礎
パラレルターンへの展開

④ シュテムターン

⑦ 横滑りの展開

⑤ 総合滑降
リズム変化

⑧ パラレルターン
(小回り・不整地)

※実施斜面は天候・斜面状況により変更することがある。