



①
 パラレルターン
 (小回り・不整地)

③
 基礎パラレルターン
 (小回り)

⑤
 滑走ブルークから基礎
 パラレルターンへの展開

⑦
 横滑りの展開

②
 パラレルターン
 (大回り)

④
 シュテムターン

⑥
 総合滑降
 リズム変化

⑧
 ブルークボーゲン