

NATD杯 Waltz アマルガメーション

ナチュラル・スピン・ターン	1 2 3 1 2 3
ターニング・ロック・ツー・R	1 & 2 3
ウイーブ・フロム・PP (PPで終わる)	1 2 3 1 2 3
シャッセ・フロム・PP	1 2 & 3
ナチュラル・スピン・ターン	1 2 3 1 2 3
ターニング・ロック	1 & 2 3
レフト・ウイスクからコントラ・チェック (PPで終わる)	1 2 3 1 2 3
ウイング	1 2 3
オープン・テレマーク and クロス・ヘジテーション	1 2 3 1 2 3
バック・ウイスク	1 2 3
シャッセ・フロム・PP	1 2 & 3
ナチュラル・ターンの1～3歩	1 2 3
クローズド・インピタス	1 2 3
リバース・ターンの4～6歩	1 2 3
ダブル・リバース・スピン	1 2 & 3
フォーラウェイ・リバース and スリップ・ピボット	1 2 & 3
リバース・ターンの1～3歩	1 2 3
ベーシック・ウイーブ	1 2 3 1 2 3
ナチュラル・ターンの1～3歩	1 2 3
オープン・インピタス and ウイング	1 2 3 1 2 3
プログレッシブ・シャッセ・ツー・R	1 2 & 3
アウトサイド・スピン (3/4回転)	1 2 3
ホバー・コルテ (1/4回転)	1 2 3
バック・ウイスク	1 2 3
シャッセ・フロム・PP	1 2 & 3
(合計)	3 2 小節