| 15級 | | |

14級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
フォアシット5秒																																																							
バックシット5秒																																																							
フォアストローク5秒直進																																																							
バックストローク5秒直進																																																							
円形ターン																																																							
逆Ｔ字スタート5秒																																																							
逆Ｔ字ストップ																																																							
フォアスカリング																																																							
バックスカリング																																																							
フォア縦スネーク																																																							
バック縦スネーク																																																							
ひょうたんステップ																																																							
シーソースネーク																																																							
手のポジション																																																							

13級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
フォアクロスロール																																																										
バッククロスロール																																																										
モホークターン																																																										
バックモホークターン																																																										
フォアストローク屈伸																																																										
バックストローク屈伸																																																										
スパイラル（左足滑走）																																																										
スパイラル（右足滑走）																																																										
フォアクロスオーバー																																																										
バッククロスオーバー																																																										
モホークチェック																																																										
バック逆Ｔ字スタート																																																										
バックひょうたんステップ																																																										
3つのスリーターン（上履き）																																																										
足のポジション																																																										

12級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
フォアアウトサイドスリーターン																																																							
フォアインサイドスリーターン																																																							
ジャンプの形																																																							
スピンの形																																																							
バニーホップ																																																							
スリーターンチェック																																																							
フォアアウトサイドセミ サークル																																																							
フォアインサイドセミサークル																																																							
フォアクロスロールビハインド																																																							
バッククロスロールビハインド																																																							
クロスステップ																																																							
S字ステップ（右Mから）																																																							
S字ステップ（左Mから）																																																							
右回りシーソーモホークステップ																																																							
左回りシーソーモホークステップ																																																							
５つのスリーターン																																																							

11級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
片足スタンドスピン（２回転）																																																							
スリーターンセミサークル																																																							
スリージャンプ																																																							
サルコウまたはトゥループ																																																							
バックアウトサイドセミサークル																																																							
フォアインサイドセミサークル																																																							
バックアウトサイドセミサークル																																																							
バックインサイドセミサークルトサイドセミサークル																																																							
バックインサイドセミサークル																																																							
フォアアウトインチェンジエッジ																																																							
フォアインアウトチェンジエッジ																																																							
ドロップトスリー（5つ）																																																							
ワルツスリー																																																							
フォア片足スネーク																																																							

10級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
バックアウトサイドスリーターン																																																								
バックインサイドスリーターン																																																								
フォアインサイドサークル																																																								
フォアアウトサイドサークル																																																								
インスリーセミサークル																																																								
フォアアウトサイドブラケットターン																																																								
フォアインサイドブラケットターン																																																								
バックアウトインチェンジエッジ																																																								
バックインアウトチェンジエッジ																																																								
サルコウとトゥループ																																																								
バック片足スネーク																																																								
片足スタンドスピン（４回転）																																																								
アウトサイドモホーク																																																								

9級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
バックアウトサイドブラケットターン																																																								
バックインサイドブラケットターン																																																								
ループ																																																								
片足スタンドスピン（６回転）																																																								
クロスフットスピン																																																								
スリージャンプ+シングル																																																								
バックインサイドサークル																																																								
バックアウトサイドサークル																																																								
フォアダブルスリーセミサークル0																																																								
フォアダブルスリーセミサークル1																																																								
B0スリーターンセミサークル																																																								
B1スリーターンセミサークル																																																								
アウトサイドスパイラル（右足滑走）																																																								
インサイドスパイラル（右足滑走）																																																								
パワーステップ（アウトイン）																																																								

8級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
シットスピン																																																								
フォアアウトサイドロッカーターン																																																							
フォアインサイドロッカーターン																																																							
フリップ																																																							
ルッツ																																																							
片足スタンドスピン（8回転）																																																							
フォアループ(LFO)																																																							
シングル＋シングル																																																							
バックダブルスリーセミサークル0																																																							
バックダブルスリーセミサークルI																																																							
インサイドスパイラル																																																							
パワーステップ（インアウト）																																																							

7級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
F0ブラケットセミサークル																																																							
F1ブラケットセミサークル																																																							
バックアウトサイドロッカーターン																																																							
バックインサイドロッカーターン																																																							
チョクトウ																																																							
同一姿勢でのスピン2種																																																							
バックスクラッチスピン２回転																																																							
フォアループ(RF0)																																																							
アクセルまたはインサイドアクセル																																																							
フリップ（クロス）																																																							
ルッツ（クロス）																																																							
ジュテ																																																							
ツイズル半時計回り																																																							

6級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ループ+ループ																																																							
B0ブラケットセミサークル																																																							
B1ブラケットセミサークル																																																							
フォアアウトサイドカウンターターン																																																							
フォアインサイドカウンターターン																																																							
オイラー																																																							
ダブルジャンプ1種																																																							
足変えスピン２回転																																																							
ツイズル時計回り																																																							
フライングスピン1種																																																							
バックループ(LB1)																																																							
スピンコンビネーション1種																																																							
片足スタンドスピン（10回転）																																																							
2つの姿勢でのスピン2種																																																							
スピンバリエーション2つ（足換えなし）																																																							

5級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
キャメルスピン																																																								
バックアウトサイドカウンターターン																																																								
バックインサイドカウンターターン																																																								
バックスクラッチスピン3回転																																																								
足変えスピン3回転																																																								
2回の足換えスピン1種																																																								
ダブルジャンプ2種																																																								
バックループ(RBI)																																																								
スピンコンビネーション2種																																																								
トラベリング（足換えなし）																																																								
ループx3																																																								
片足スタンドスピン（14回転）																																																								
2姿勢のスピンバリエーション2つ（足換えなし）																																																								
チョクトウ（左右）																																																								

4級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ループ(RFI)																																																							
ループ(LFI)																																																						
2回の足換えスピン2種																																																						
フライング2種																																																						
姿勢変更・variationを含む3連スピン																																																						
バックスクラッチスピン4回転																																																						
足変えスピン4回転																																																						
アクセル+Dジャンプ																																																						
D+D1種																																																						
片足スタンドスピン（17回転）																																																						

3級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
アクセルシット																																																								
トラベリングスピン2種																																																							
D+D2種																																																							
ショートプログラム																																																							
ループ(RBO)																																																							
ループ(LBO)																																																							
片足スタンドスピン（20回転）																																																							

| | | |

| | | |