

スロー・フォックストロット

シルバー		予備足	4
	1	フェザー・ステップ	SQQ
	2	リバース・ターン	SQQ
	3	フェザー・フィニッシュ	SQQ
	4	スリー・ステップ	SQQ
	5	ナチュラル・ターン	SQQ
	6	ヒール・プル・フィニッシュ	QSQ (コーナー)
	7	ナチュラル・ウィーブ	SQQQQQQ
	8	1~4 リバース・ウェイブ	SQQS (コーナー)
	9	ベイシック・ウィーブ	QQQQQQ
	10	ホバー・テレマーク	SQQ
	11	フェザー・ステップ (OPで始める)	SQQ
	12	テレマーク・トゥ・P P (アンダー・ターン)	SQQ
	13	オープン・ナチュラル・ターン	SQQ
	14	バック・ウィスク (オーバー・ターン)	SQQ (コーナー)
	15	ウィーブ・フロム・P P	SQQQQQQ
	16	ウィスク (オーバー・ターン)	SQQ
	17	フェザー・エンディング	SQQ
	18	チェンジ・オブ・ダイレクション	SSS S (コーナー)
ゴールド		予備足	4
	1	フェザー・ステップ	SQQ
	2	リバース・ターン	SQQSQQ
	3	スリー・ステップ	SQQ
	4	ナチュラル・ターン (1~3)	SQQ
	5	インピタス	SQQ (コーナー)
	6	フェザー・フィニッシュ	SQQ
	7	リバース・ウェイブ	SQQSQQSSS (コーナー)
	8	ナチュラル・ウィーブ	SQQQQQQ
	9	スリー・ステップ	SQQ
	10	ホバー・クロス	SQQQQQQ (コーナー)
	11	テレマーク・トゥ・P P	SQQ
	12	ナチュラル・ウィーブ・フロム・P P	SQQQQQQ
	13	チェンジ・オブ・ダイレクション	SSS (コーナー)