

優美会 ワルツ 2023

2023.4.10

1	予備足	123
2	ナチュラル・スピントーン	123 456
3	リバースターン・456	123
4	シャッセ・トウ・ライト	12&3
5	アウトサイド・チェンジ to LOD	123
6	スローアウェイ・オーバースウェイ	123 123
7	スウェイチェンジ・トウ・PP	123 123
8	プログレッシブ・シャッセ	12&3
9	ナチュラルターン前半	123
10	インピタス・トウ・PP	123
11	チェックト・ウィーブ・フロム・PP	123 45
12	ナチュラル・ピポット	6
13	プログレッシブ・シャッセ	12&3
14	ナチュラル・スピン・ターン	123 456
15	レフト・ウィスク	123
16	スタンディング・スピン	123(1&2&3)
17	ホバー・トウ・PP	123
18	ランニング・ウィーブ・フロム・PP	1&23 456
19	ダブル・リバーズ・スピン	12&3
20	ドラッグ	123
21	バック・ウィスク	123
22	プログレッシブ・シャッセ	12&3
23	クイック・オープン・リバーズ	12&3 (1&23)
24	レフトホイスク	123
25	コントラ・チェック	123 123
26	ランニング・クロスシャッセ	1&23
27	ナチュラルターン前半	123
28	ヘジテーション・チェンジ	123
29	ライトシャッセ	12&3
30	アウトサイド・チェンジ to LOD	123

