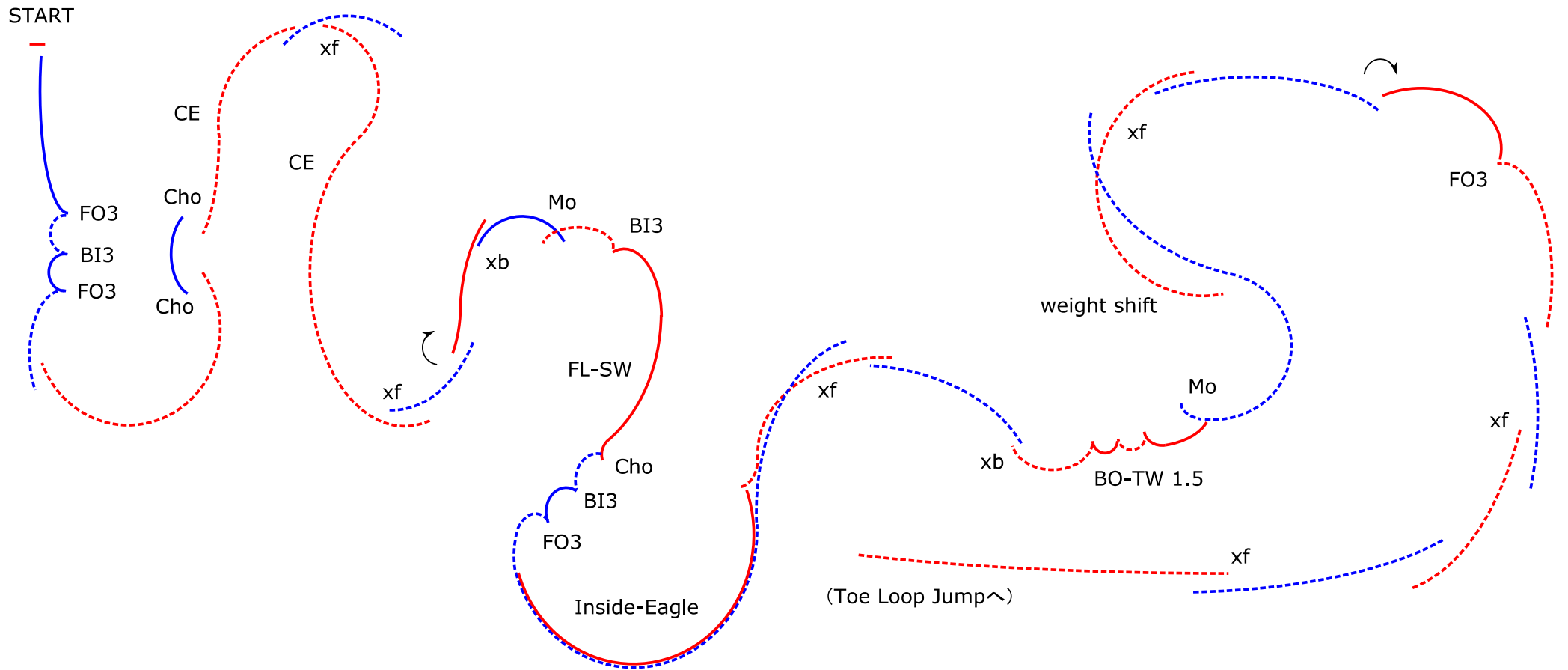


- RF
- LF
- - - RB
- - - LB

町田 樹 エチュード# 1
 スタートから最初のジャンプまでのステップ図

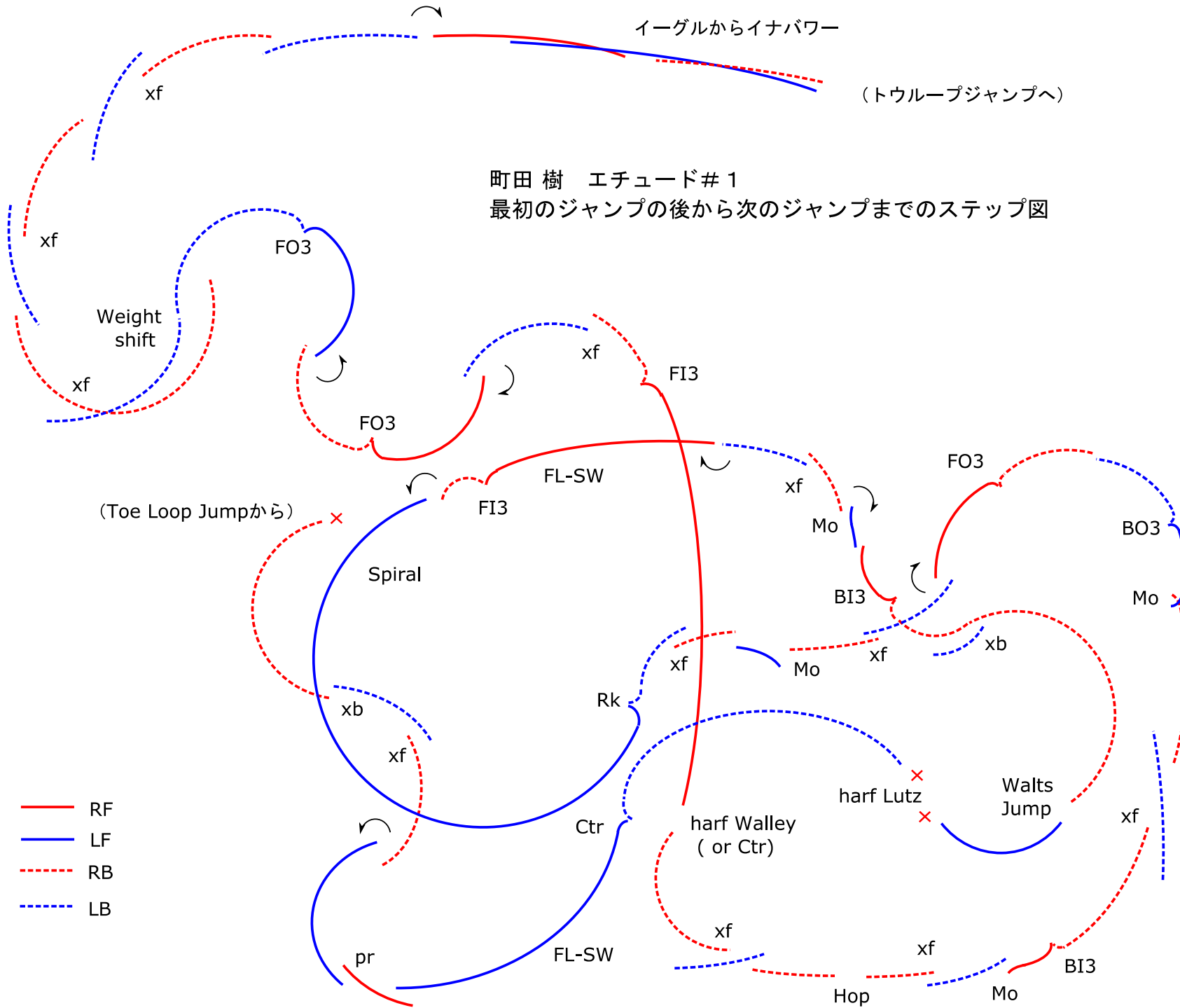


イーグルからイナパワー

(トウループジャンプへ)

町田 樹 エチュード#1

最初のジャンプの後から次のジャンプまでのステップ図



町田樹エチュード#1 StepList (振りや音との合わせは動画参照)

No	step	説明
0		イントロの振りから右足T字で構え
1	LFO-3-3-3	LFOに出て左足1本でスリー3回、BIでチェック
2	RBO	BOに深く乗り、FLを背中へ回す
3	cho-LFI	チョクトウでフォアイン置いて
4	cho-RBO-ce	直ちにバックに返し、ゆっくりインにCEして
5	LBO	バッククロス深く入れて加速
6	xfRBI-ce-RBO	BIをぐいっと戻してからCE
7	xfLBI	逆方向へバッククロス
8	RFI	フォアイン気味に出て軽くCEしながら
9	xbLFI	xbで逆回転へモホークを始動
10	mo-RBI-3 -RFO-SW	BI乗って片足でそのままBI3し FLをSW
11	cho-LBI-3-3	スイングチョクトウのBIからさらにダブルスリー
12	inspreadEagle -LBO	内向きで開いてインイーグル 右足をRkでBIに押し返し軽くバッククロスへ
13	xfRBI	バッククロス入れて
14	LBO	BOに大きく伸びてから逆方向へバックのクロスロール
15	xbRBO-TW1.5	BOのツイズル1回半
16	mo-LBI	そのままモホークで深く左バックインを押さえ
17	RBI	ウェイトシフトで逆のBIへ
18	LBO(twofoot)	足戻して
19	xfRBI	バッククロス1回
20	LBO	BOへ大きく伸びて、外回りから
21	RFO-3	フォアに出てスピード上げてスリー
22	LBO	バッククロス2回でさらに加速
23	xfRBI	
24	LBO	
25	xfRBI	
26	LBO	両足気味でBOにストレートに出て
27	xbRBO(twofoot)-3	BOスリー
28	mo-LBI	モホークでジャンプの用意
29	RBO-ToeLoopJump	踏み込んでトゥループJ
30	RBO-ce	着氷から逆方向へカーブ戻し
31	xbLBO	バッククロス1回
32	xfRBI	
33	LFO	インからフォアに出て
34	prRFI	フォアクロス1回
35	LFO-SW -ctr-LBO-SW	FLスイングから カウンターでFLスイングバック
36	halfplutzJump	ハーフフッツ跳んで右足トウで降り
37	LFO-hop	左フォアに出て1/2回転ホップ
38	RBO-ce	FLを前から後方へパスし、最後にカーブ戻す
39	xbLBO	バッククロス1歩
40	xfRBI-3	BIスリーから
41	LFO	直ちに逆カーブアウトへ切り替えて
42	mo-RBO	アウトモホーク
43	xfLBI	クロス1歩入れて
44	RFI -SW-3	一瞬内向きイーグルからフォアインに乗り ポーズからFLをSW、最後にインスリー
45	LFO-spiral -Rk-LBO	直ちに左フォアに乗り変えてスパイラル 最後に足下げてFL前に出し、ロッカー

46	xfRBI	クロスで足抜いて
47	LFI-ce	フォアインに出て背中へCE
48	mo-RBO	軽く跳ぶようにアウトモホークから
49	xfLBI	クロスしてインを押し返し
50	RFO-3	フォアアウトに出てFOスリー
51	LBO-3	BOに乗り変えてBOスリー
52	mo-RBI	パワーステップの動きでモホーク、BIで伸びてポーズ
53	LBO	バッククロスして
54	xfRBI-3	BIに伸びてからBIスリーして
55	mo-LBO	直ちにモホークで戻る
56	xfRBI-hop	バッククロスのBIからそのまま片足でホップ
57	RBI	バックインで降りて
58	xbLBO	1歩バッククロスから
59	RBI-harfWalleyJump	BIを押し返して1/2ウォーレイ(又はBIカウンター)
60	RFI-3	前向き着氷からフォアインで伸びてポーズ、最後にインスリー
61	xfLBI	バッククロス入れBIで押し返し
62	RFO-3	フォア出てスリー、BIで押し返し
63	LFO-3	逆のフォア出てスリー、BIでチェック
64	LBI(twofoot)-RBI	バックイン押し返して逆ヘウエイトシフト
65	xbLBO	バッククロス入れて
66	xfRBI	
67	LBO	さらにバッククロス3回で加速
68	xfRBI	
69	LBO	
70	xfRBI	
71	LBO	
72	xfRBI	
73	LBO	
74	RFO	外からフォアに出て
75	xbLFI	ビハインドでイーグルの用意
76	Eagle-Ina-RBI	イーグルからイナパワー、最後にBI押して
77	LFO-3	フォア出てスリーでジャンプの用意
78	RBO-ToeLoopJump	BO構えてトゥループJ
79	RBO-hop	着氷から最後軽くHOP
80	LFI(toe)	トゥで押して
81	RFI-3	フォアインに乗り、インスリーから
82	LFO-Spin	スピンに入る
83	RBO-(twofoot)	スピン出た後
84	xbLBO	逆のバッククロスに1回押し
85	xfRBI	
86	LBO	さらにバッククロス3回で加速
87	xfRBI	
88	LBO	
89	xfRBI	
90	LBO	
91	xfRBI	
92	LFO-waltzJump	インからフォアに出て軽くHOP
93	RBO	1/2回転着氷からすぐフォアへ
94	LFO-waltzJump	フォアに踏み込んでスリーJ
95	RBO-Pivot -(twofoot)	FLを前から大きく横へ回してBOピボット 円の中心で足揃えて立つ
96	LFO	両足静止からフォアにストロークでアラベスク
97	RFO-stop	前Tストップで終了