

ハンディ戦 日本タイトル取得者

きょう がつ にち
今日は 月 日

きょう むくひょう てん
今日の目標: 点

ふりがな ()

名前: _____ 段 (男 ・ 女)

※集中して取り組みましょう。ときどき深呼吸をすると技がきまります。

※「〇回目、はじめ！」と言われたら始めましょう。途中で練習してはいけません。

	せんぎ 選技	1	2	3	4	5	ごうけい 合計	
1	にかいてんひこうき 二回転飛行機							
2	かじくがえ 掛け軸返しとめけん							
3	ふうしゃ 風車ふりけん							
4	よこ 横はねけん							
5	いなづまお 稲妻落とし							
6	こちょうまい 胡蝶の舞							
7	はやぶさがえ はやぶさ返し							
8	ちゅうざらきんぎょ 中皿金魚すくい							
9	ぎんがけいしゅう 銀河系一周							
10	さんかいてんひこうき 三回転飛行機							
じゅんい 順位: _____ 位							そうとくてん 総得点	

(タイム競技) ①二回転中皿 ②ヨーロッパー周
③うぐいす～灯立 ④宇宙遊泳 ⑤二回転飛行機