

## クイックステップ3. 1

クォーターターン	SQQS
ヒールピュボット	SQQ
ジグザグ・バックロック・アンドランニングフィニッシュ	SS(S)QQS(S)QQ(S)
フィッシュテール	(S)QQQQS(S)
ナチュラルスピントーン	(S)QQSSS
フログレッシュシャッセ	SQQS
クイックオープンリバース	SSQQ(S)
ホバーコルテ	SSSS
ティフシー	Q&Q
フォワードロックの2~5歩	QQS(S)
ナチュラルターンウイズヘジテーション	SQQSSS
シャッセリバースターン	SQQ
フォアクイックラン	SQQQQS(S)
シンコペーティッド・シャッセアンドロック	S&QQQQS
ナチュラルスピントーン	SQQSS(S)
Vシックス	(S)QQSQQS
ナチュラルターン	SQQSSS