

上級決勝B

きょう がつ にち
今日は 月 日

きょう もくひょう てん
今日の目標: 点

ふりがな ()

名前: _____ 段 (男・女)

※集中してとりくみましょう。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	うぐいすの谷渡り <small>たにわた</small>							
2	うらふりけん～宇宙一周 <small>うちゅういつしゅう</small>							
3	つるしとめけん～地球まわし <small>ちきゅうまわし</small>							
4	けん先おもてうらすべり <small>さき</small>							
5	すべり止め極意 <small>どめ ごくい</small>							
6	とうだい 灯台～けん							
7	にかいてんとうだい 二回転灯台							
8	いっかいてんひ こうき とうりつ 一回転飛行機～灯立							
9	ふりけん(もちかえて)はねけん							
10	とうだい 灯台とんぼ返り <small>がえ</small>							
							じゅんい 順位:	い 位
							そうとくてん 総得点	

(上級タイム競技) ①とめけん ②地球まわし ③うぐいす～けん
④はねけん ⑤一回転飛行機 ⑥さか落とし