

ZEN スロー

2019.11

| No | フィガー | カウント | 備考 |
|----|-------------------|---------|----|
| 1 | フェザーステップ | SQQ | |
| 2 | リバースターン | SQQSQQ | |
| 3 | スリーステップ | SQQ | |
| 4 | コンティニューアス・ホバー クロス | SQQQQ | |
| 5 | ウィーブ、フェザーフィニッシュ | QQQQ QQ | |
| 6 | フォーラウエイ・リバース&SP | QQQQ | |
| 7 | ダブルリバースターン、ピボット | SQ&Q QQ | |
| 8 | ホバークロス | 123S | |
| 9 | ウィーブからフェザーフィニッシュ | QQQQ | |
| 10 | バウンスフォーラウエイ | S&QQ QQ | |
| 11 | タンブルターン | Q&Q | |
| 12 | スローアウエイオーバースエイ | SSS | |

ZENスロー

2020.11

| No | フィガー | カウント | 備考 |
|----|-----------------------|-------------|----|
| 1 | フェザーステップ | SQQ | |
| 2 | リバースターン | SQQSQQ | |
| 3 | スリーステップ | SQQ | |
| 4 | ナチュラルターン (1~3) | SQQ | |
| 5 | オープン・インピタス | SQQ | |
| 6 | ナチュラルウィーブ | SQQQQQQ | |
| 7 | フォーラウエイリバース&SP | QQQQ | |
| 8 | チェンジオブダイレクション | SSSS | |
| 9 | フェザーステップ | SQQ | |
| 10 | スリーフォーラウエイ、フェザーFinish | QQQ QQQ QQQ | |
| 11 | リバースターン1~4 | SQQS | |
| 12 | ベーシックウィーブ | QQQQQQ | |
| 13 | ダブルリバーススピン、ピボット | SQ&Q | |
| 14 | ホバー | SSSS& | |
| 15 | ウィーブ | QQQ | |
| 16 | バウンスフォーラウエイ | S&QQQQ | |
| 17 | シャッセロール | Q&Q | |
| 18 | リバースウェーブ | SQQ | |
| 19 | カーブドフェザー | QQQQ | |
| 20 | アウトサイドクロス | SQQ | |
| 21 | オーバースエイ | SSSS | |

ZENスロー

2021.3

| No | フィガー | カウント | 備考 |
|----|----------|------|----|
| 1 | フェザーステップ | SQQ | |

| | | | |
|----|-----------------------|--------|--|
| 2 | リバースターン | SQQSQQ | |
| 3 | スリーステップ | SQQ | |
| 4 | カーブドフェザー | SQQ | |
| 5 | バックフェザー | SQQ | |
| 6 | フェザーフィニッシュ | SQQ | |
| 7 | チェックドフェザー | SQQ | |
| 8 | フェザーステップ | SQQ | |
| 9 | オープンテレマーク | SQQ | |
| 10 | フェザーフィニッシュ | SQQ | |
| 11 | チェックドリバース | SQQS | |
| 12 | ウィーブ | QQQQQQ | |
| 13 | バウンスフォーラウエイwithウィーブEn | S&QQQQ | |
| 14 | フェザーフィニッシュ | QQ | |
| 15 | ライトランジ | SS | |
| 16 | ロンデからPP | SQQ | |
| 17 | フェザーステップ | SQQ | |
| 18 | カーブドフェザー | SQQ | |
| 19 | バックフェザー | SQQ | |
| 20 | シャッセロール | SQ&Q | |
| 21 | ナチュラルターン | SQQ | |
| 22 | フェザーフィニッシュ | SQQ | |

ZENスロー

2021.8

| No | フィガー | カウント | 備考 |
|----|-------------------------|----------|----|
| 1 | フェザーステップ | SQQ | |
| 2 | リバースターン | SQQSQQ | |
| 3 | スリーステップ | SQQ | |
| 4 | カーブドフェザー | SQQ | |
| 5 | アウトサイドスピン | SQQ | |
| 6 | チェックドナチュラル | SQQ | |
| 7 | ロック&ロンデ アウトサイドチェン | SQQS | |
| 8 | フェザーステップ | SQQ | |
| 9 | シャッセトゥライト | SQ&Q | |
| 10 | Extendidウィーブ&フェザーFinish | QQQQQQQQ | |
| 11 | ホバーテレマークトゥPP | SQQ | |
| 12 | ナチュラルウィーブフロムPP | SQQQQQQ | |
| 13 | チェンジオブダイレクション1~2 | SS | |
| 14 | スリーステップ | SQQ | |
| 15 | カーブドフェザー | SQQ | |
| 16 | バックフェザー | SQQ | |
| 17 | フェザーステップ | SQQ | |

| | | | |
|----|-------------|-----------|--|
| 18 | リバースターン | SQQS | |
| 19 | ベーシックウィーブ | QQQQQQ | |
| 20 | テレマーク | SQQ | |
| 21 | プロムナードラン2回 | S&QQ,S&QQ | |
| 22 | ドロップオーバースエイ | SS | |