

No.	前系 Forward Skills				基準点	捻り加算	後系 Backward Skills				基準点	捻り加算	後方加算
	(技の名前)	ターミノロジー	ヌーメリック	難度点			(技の名前)	ターミノロジー	ヌーメリック	難度点			
1	パイククワドロフィスアウト		16 ---1 <	2.9	2.7	0.2	パイクハーフィンクワドロフィスアウト		16 1--1 <	3.5	2.8	0.4	0.3
2	タッククワドロフィスアウト		16 ---1 ○	2.5	2.3	0.2	タックハーフィンクワドロフィスアウト		16 1--1 ○	3.1	2.4	0.4	0.3
3							タッククワダブルバック ※参考掲載		16 ----○	2.5	2.2		0.3
4													
5							タック(トリプル)フル(イン)フル(イン)フル(アウトバック)		12 2 2 2 ○	3.2	2.2	0.8	0.2
6	パイクフルイントリフィスアウト		12 2 -1 <	2.4	2.2	0.2	パイクワンアンドハーフィントリフィスアウト		12 3-1 <	2.9	2.3	0.4	0.2
7	パイクトリフィスルディー(アウト)		12 --3 <	2.4	2.2	0.2	パイクハーフィントリフィスルディー(アウト)		12 1-3 <	2.9	2.3	0.4	0.2
8	タックフルイントリフィスアウト		12 2 -1 ○	2.1	1.9	0.2	タックワンアンドハーフィントリフィスアウト		12 3-1 ○	2.6	2.0	0.4	0.2
9	タックトリフィスルディー(アウト)		12 --3 ○	2.1	1.9	0.2	タックハーフィントリフィスルディー(アウト)		12 1-3 ○	2.6	2.0	0.4	0.2
10	パイクトリフィスアウト		12 --1 <	2.0	2.0		パイクハーフィントリフィスアウト		12 1-1 <	2.3	2.1		0.2
11	タックトリフィスアウト		12 --1 ○	1.7	1.7		タックハーフィントリフィスアウト		12 1-1 ○	2.0	1.8		0.2
12							パイクトリプルバック		12 ----<	2.1	1.9		0.2
13							タックトリプルバック		12 ----○	1.8	1.6		0.2
14													
15	レイアウト 2-3/4フロント		11 --/	1.5	1.5		レイアウト ハーフ 2-3/4バック		11 1-/	1.7	1.6		0.1
16	パイク 2-3/4フロント		11 --<	1.5	1.5		パイク ハーフ 2-3/4バック		11 1-<	1.7	1.6		0.1
17	タック 2-3/4フロント		11 --○	1.3	1.3		タック ハーフ 2-3/4バック		11 1-○	1.5	1.4		0.1
18	パイクベビーボールアウト		9 -1 <	1.4	1.4								
19	タックベビーボールアウト		9 -1 ○	1.2	1.2		(レイアウト)ダブルインフル(アウト)		8 4 2 /	2.1	1.8	0.2	0.1
20	パイクベビー		9 --<	1.3	1.3		(レイアウト)フルインダブル(アウト)		8 2 4 /	2.1	1.8	0.2	0.1
21	タックベビー		9 --○	1.1	1.1								
22	レイアウトフルインランディー(アウト)		8 2 5 /	2.2	1.9	0.3	(レイアウト)ダブルインダブル(アウト)		8 4 4 /	2.5	2.0	0.4	0.1
23	パイクフルインランディー(アウト)		8 2 5 <	2.2	1.9	0.3	パイクワンアンドハーフィンランディー(アウト)		8 3 5 <	2.5	2.0	0.4	0.1
24	タックフルインランディー(アウト)		8 2 5 ○	2.0	1.7	0.3	タックワンアンドハーフィンランディー(アウト)		8 3 5 ○	2.3	1.8	0.4	0.1
25	レイアウトフルインランディー(アウト)		8 2 3 /	1.8	1.7	0.1	(レイアウト)ミラー		8 3 3 /	2.1	1.8	0.2	0.1
26	レイアウトランディー(アウト)		8 -5 /	1.8	1.7	0.1	レイアウトハーフィンランディー(アウト)		8 1 5 /	2.1	1.8	0.2	0.1
27	パイクランディー(アウト)		8 -5 <	1.8	1.7	0.1	パイクハーフィンランディー(アウト)		8 1 5 <	2.1	1.8	0.2	0.1
28	パイクフルインランディー(アウト)		8 2 3 <	1.8	1.7	0.1	パイクワンアンドハーフィンランディー(アウト)		8 3 3 <	2.1	1.8	0.2	0.1
29	タックランディー(アウト)		8 -5 ○	1.6	1.5	0.1	タックハーフィンランディー(アウト)		8 1 5 ○	1.9	1.6	0.2	0.1
30	タックフルインランディー(アウト)		8 2 3 ○	1.6	1.5	0.1	タックワンアンドハーフィンランディー(アウト)		8 3 3 ○	1.9	1.6	0.2	0.1
31							レイアウトワンアンドハーフィンハーフ(アウト)		8 3 1 /	1.7	1.6		0.1
32	レイアウトフルインバラニー(アウト)		8 2 1 /	1.5	1.5		レイアウトフル(イン)フル(アウト)		8 2 2 /	1.7	1.6		0.1
33	レイアウトフルインランディー(アウト)		8 -3 /	1.5	1.5		レイアウトハーフィンランディー(アウト)		8 1 3 /	1.7	1.6		0.1
34							パイクワンアンドハーフィンハーフ(アウト)		8 3 1 <	1.7	1.6		0.1
35	パイクフルインバラニー(アウト)		8 2 1 <	1.5	1.5		パイクフル(イン)フル(アウト) ※参考掲載		8 2 2 <	1.7	1.6		0.1
36	パイクランディー(アウト)		8 -3 <	1.5	1.5		パイクハーフィンランディー(アウト)		8 1 3 <	1.7	1.6		0.1
37							タックワンアンドハーフィンハーフ(アウト)		8 3 1 ○	1.5	1.4		0.1
38	タックフルインバラニー(アウト)		8 2 1 ○	1.3	1.3		タックフル(イン)フル(アウト)		8 2 2 ○	1.5	1.4		0.1
39	タックランディー(アウト)		8 -3 ○	1.3	1.3		タックハーフィンランディー(アウト)		8 1 3 ○	1.5	1.4		0.1
40	レイアウトバラニーインバック		8 1 -/	1.3	1.3		レイアウトフルインバック		8 2 -/	1.5	1.4		0.1
41	レイアウト(ダブル)アウト		8 -1 /	1.3	1.3		レイアウトハーフィンハーフ(アウト)		8 1 1 /	1.5	1.4		0.1
42							レイアウトフルアウト(バック)		8 -2 /	1.5	1.4		0.1
43	パイクバラニーインバック		8 1 -<	1.3	1.3		パイクフルインバック		8 2 -<	1.5	1.4		0.1
44	パイク(ダブル)アウト		8 -1 <	1.3	1.3		パイクハーフィンハーフ(アウト)		8 1 1 <	1.5	1.4		0.1
45							パイクフルアウト(バック)		8 -2 <	1.5	1.4		0.1
46	タックバラニーインバック		8 1 -○	1.1	1.1		タックフルインバック		8 2 -○	1.3	1.2		0.1
47	タック(ダブル)アウト		8 -1 ○	1.1	1.1		タックハーフィンハーフ(アウト)		8 1 1 ○	1.3	1.2		0.1
48							タックフルアウト(バック)		8 -2 ○	1.3	1.2		0.1
49	レイアウト 1-3/4フロント		7 --/	0.9	0.9		レイアウトダブル(バック)		8 --/	1.3	1.2		0.1
50	パイク 1-3/4フロント		7 --<	0.9	0.9		パイクダブル(バック)		8 --<	1.3	1.2		0.1
51	タック 1-3/4フロント		7 --○	0.8	0.8		タックダブル(バック)		8 --○	1.1	1.0		0.1
52	(レイアウト)ランディーボールアウト		5 5 /	1.1	1.1		レイアウト 1-3/4バック		7 --/	0.9	0.9		
53	(レイアウト)ランディーボールアウト(セロット)		5 3 /	0.9	0.9		パイク 1-3/4バック		7 --<	0.9	0.9		
54	(パイク)ランディーボールアウト(セロット)		5 3 <	0.9	0.9		タック 1-3/4バック		7 --○	0.8	0.8		
55	(タック)ランディーボールアウト(セロット)		5 3 ○	0.9	0.9								
56	(レイアウト)バラニーボールアウト		5 1 /	0.7	0.7		レイアウトコーディー&レイアウト 1-1/4バック		5 -/	0.7	0.7		
57	(パイク)バラニーボールアウト		5 1 <	0.7	0.7		パイクコーディー & パイク 1-1/4バック		5 -<	0.7	0.7		
58	(タック)バラニーボールアウト		5 1 ○	0.7	0.7		タックコーディー & タック 1-1/4バック		5 -○	0.6	0.6		
59							クワダブルツイスト		4 8 /	1.3	1.3		
60	(レイアウト)ランドルフ		4 5 /	1.0	1.0		トリプルツイスト		4 6 /	1.1	1.1		
61	(レイアウト)ルドルフ		4 3 /	0.8	0.8		ダブルツイスト		4 4 /	0.9	0.9		
62	レイアウトバラニー		4 1 /	0.6	0.6		フルツイスト		4 2 /	0.7	0.7		
63	パイクバラニー		4 1 <	0.6	0.6								
64	タックバラニー		4 1 ○	0.6	0.6								
65	レイアウト前宙		4 -/	0.6	0.6		レイアウトバック		4 -/	0.6	0.6		
66	パイク前宙		4 -<	0.6	0.6		パイクバック		4 -<	0.6	0.6		
67	タック前宙		4 -○	0.5	0.5		タックバック		4 -○	0.5	0.5		
68	パイク前宙シート		4 -<	0.6	0.6								
69	タック前宙シート		4 -○	0.5	0.5								
70													
71	(レイアウト)3/4フロント		3 -/	0.3	0.3		レイアウト3/4バック&レイアウトフルオーバー(バックオーバー)		3 -/	0.3	0.3		
72	タック四つんばい前宙一立つ		3 -○	0.3	0.3		パイク4/3バック&パイクフルオーバー(バックオーバー)		3 -<	0.3	0.3		
73	タック四つんばい前宙シート		3 -○	0.3	0.3		タック4/3バック&タックフルオーバー(バックオーバー)		3 -○	0.3	0.3		
74													
75	(レイアウト)フルフロント		1 2 /	0.3	0.3		(レイアウト)フルバック		1 2 /	0.3	0.3		
76	(レイアウト)ハーフバック		1 1 /	0.2	0.2		(レイアウト)ハーフフロント		1 1 /	0.2	0.2		
77	レイアウトフロントドロップ(腹落ち)		1 -/	0.1	0.1		レイアウトバックドロップ(背落ち)		1 -/	0.1	0.1		
78	パイクフロントドロップ(腹落ち)		1 -<	0.1	0.1		パイクバックドロップ(背落ち)		1 -<	0.1	0.1		
79	タックフロントドロップ(腹落ち)		1 -○	0.1	0.1		タックバックドロップ(背落ち)		1 -○	0.1	0.1		
80													
81	パイクバウンズ(閉脚)		<	0.1	0.1		ピルエット フルシート ローラー 他			0.2	0.2		
82	ストラドルバウンズ(開脚)		V	0.1	0.1		ハーフシート スイブル ハーフスタンド 他			0.1	0.1		
83	タックバウンズ(抱え)		○	0.1	0.1		シート 他難度点が無かった技			0.1	0.1		