

国際スケート連盟コミュニケーション第2656号

シングルおよびペア・スケーティング

2024年7月1日時点で有効な価値尺度

以下のコミュニケーションは、第2475号の改訂版である。

2024年7月16日

Jae Youl Kim, 会長

Colin Smith, 事務局長

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%

シングルおよびペア・スケーティング

ジャンプ

1T	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1S	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1Lo	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
1Eu	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
1F	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
1Lz	-0,30	-0,24	-0,18	-0,12	-0,06	0,60	0,06	0,12	0,18	0,24	0,30
1Tq	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1Sq	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1Loq	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
1Fq	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
1Lzq	-0,30	-0,24	-0,18	-0,12	-0,06	0,60	0,06	0,12	0,18	0,24	0,30
1T<	-0,16	-0,13	-0,10	-0,06	-0,03	0,32	0,03	0,06	0,10	0,13	0,16
1S<	-0,16	-0,13	-0,10	-0,06	-0,03	0,32	0,03	0,06	0,10	0,13	0,16
1Lo<	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1F<	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1Lz<	-0,24	-0,19	-0,14	-0,10	-0,05	0,48	0,05	0,10	0,14	0,19	0,24
1T<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1S<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Lo<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Eu<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1F<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Lz<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Fe	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1Feq	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1Fe<	-0,15	-0,12	-0,09	-0,06	-0,03	0,30	0,03	0,06	0,09	0,12	0,15
1Fe<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Lze	-0,24	-0,19	-0,14	-0,10	-0,05	0,48	0,05	0,10	0,14	0,19	0,24
1Lzeq	-0,24	-0,19	-0,14	-0,10	-0,05	0,48	0,05	0,10	0,14	0,19	0,24
1Lze<	-0,18	-0,14	-0,11	-0,07	-0,04	0,36	0,04	0,07	0,11	0,14	0,18
1Lze<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1F!	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
1F!q	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
1F!<	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
1F!<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Lz!	-0,30	-0,24	-0,18	-0,12	-0,06	0,60	0,06	0,12	0,18	0,24	0,30
1Lz!q	-0,30	-0,24	-0,18	-0,12	-0,06	0,60	0,06	0,12	0,18	0,24	0,30
1Lz!<	-0,24	-0,19	-0,14	-0,10	-0,05	0,48	0,05	0,10	0,14	0,19	0,24
1Lz!<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

1A	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
2T	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
2S	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
2Lo	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
2F	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
2Lz	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
1Aq	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
2Tq	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
2Sq	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
2Loq	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
2Fq	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
2Lzq	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
1A<	-0,44	-0,35	-0,26	-0,18	-0,09	0,88	0,09	0,18	0,26	0,35	0,44
2T<	-0,52	-0,42	-0,31	-0,21	-0,10	1,04	0,10	0,21	0,31	0,42	0,52
2S<	-0,52	-0,42	-0,31	-0,21	-0,10	1,04	0,10	0,21	0,31	0,42	0,52
2Lo<	-0,68	-0,54	-0,41	-0,27	-0,14	1,36	0,14	0,27	0,41	0,54	0,68
2F<	-0,72	-0,58	-0,43	-0,29	-0,14	1,44	0,14	0,29	0,43	0,58	0,72
2Lz<	-0,84	-0,67	-0,50	-0,34	-0,17	1,68	0,17	0,34	0,50	0,67	0,84
1A<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2T<<	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
2S<<	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
2Lo<<	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
2F<<	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
2Lz<<	-0,30	-0,24	-0,18	-0,12	-0,06	0,60	0,06	0,12	0,18	0,24	0,30

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%

2Fe	-0,72	-0,58	-0,43	-0,29	-0,14	1,44	0,14	0,29	0,43	0,58	0,72
2Feq	-0,72	-0,58	-0,43	-0,29	-0,14	1,44	0,14	0,29	0,43	0,58	0,72
2Fe<	-0,54	-0,43	-0,32	-0,22	-0,11	1,08	0,11	0,22	0,32	0,43	0,54
2Fe<<	-0,20	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	0,40	0,04	0,08	0,12	0,16	0,20
2Lze	-0,84	-0,67	-0,50	-0,34	-0,17	1,68	0,17	0,34	0,50	0,67	0,84
2Lzeq	-0,84	-0,67	-0,50	-0,34	-0,17	1,68	0,17	0,34	0,50	0,67	0,84
2Lze<	-0,63	-0,50	-0,38	-0,25	-0,13	1,26	0,13	0,25	0,38	0,50	0,63
2Lze<<	-0,24	-0,19	-0,14	-0,10	-0,05	0,48	0,05	0,10	0,14	0,19	0,24
2FI	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
2FIq	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
2FI<	-0,72	-0,58	-0,43	-0,29	-0,14	1,44	0,14	0,29	0,43	0,58	0,72
2FI<<	-0,25	-0,20	-0,15	-0,10	-0,05	0,50	0,05	0,10	0,15	0,20	0,25
2Lz!	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
2Lz!q	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
2Lz!<	-0,84	-0,67	-0,50	-0,34	-0,17	1,68	0,17	0,34	0,50	0,67	0,84
2Lz!<<	-0,30	-0,24	-0,18	-0,12	-0,06	0,60	0,06	0,12	0,18	0,24	0,30

2A	-1,65	-1,32	-0,99	-0,66	-0,33	3,30	0,33	0,66	0,99	1,32	1,65
3T	-2,10	-1,68	-1,26	-0,84	-0,42	4,20	0,42	0,84	1,26	1,68	2,10
3S	-2,15	-1,72	-1,29	-0,86	-0,43	4,30	0,43	0,86	1,29	1,72	2,15
3Lo	-2,45	-1,96	-1,47	-0,98	-0,49	4,90	0,49	0,98	1,47	1,96	2,45
3F	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3Lz	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
2Ab	-1,65	-1,32	-0,99	-0,66	-0,33	3,30	0,33	0,66	0,99	1,32	1,65
3Tb	-2,10	-1,68	-1,26	-0,84	-0,42	4,20	0,42	0,84	1,26	1,68	2,10
3Sb	-2,15	-1,72	-1,29	-0,86	-0,43	4,30	0,43	0,86	1,29	1,72	2,15
3Lob	-2,45	-1,96	-1,47	-0,98	-0,49	4,90	0,49	0,98	1,47	1,96	2,45
3Fb	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3Lzb	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
2Aq	-1,65	-1,32	-0,99	-0,66	-0,33	3,30	0,33	0,66	0,99	1,32	1,65
3Tq	-2,10	-1,68	-1,26	-0,84	-0,42	4,20	0,42	0,84	1,26	1,68	2,10
3Sq	-2,15	-1,72	-1,29	-0,86	-0,43	4,30	0,43	0,86	1,29	1,72	2,15
3Loq	-2,45	-1,96	-1,47	-0,98	-0,49	4,90	0,49	0,98	1,47	1,96	2,45
3Fq	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3Lzq	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
2Aqb	-1,65	-1,32	-0,99	-0,66	-0,33	3,30	0,33	0,66	0,99	1,32	1,65
3Tqb	-2,10	-1,68	-1,26	-0,84	-0,42	4,20	0,42	0,84	1,26	1,68	2,10
3Sq	-2,15	-1,72	-1,29	-0,86	-0,43	4,30	0,43	0,86	1,29	1,72	2,15
3Loqb	-2,45	-1,96	-1,47	-0,98	-0,49	4,90	0,49	0,98	1,47	1,96	2,45
3Fqb	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3Lzqb	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
2A<	-1,32	-1,06	-0,79	-0,53	-0,26	2,64	0,26	0,53	0,79	1,06	1,32
3T<	-1,68	-1,34	-1,01	-0,67	-0,34	3,36	0,34	0,67	1,01	1,34	1,68
3S<	-1,72	-1,38	-1,03	-0,69	-0,34	3,44	0,34	0,69	1,03	1,38	1,72
3Lo<	-1,96	-1,57	-1,18	-0,78	-0,39	3,92	0,39	0,78	1,18	1,57	1,96
3F<	-2,12	-1,70	-1,27	-0,85	-0,42	4,24	0,42	0,85	1,27	1,70	2,12
3Lz<	-2,36	-1,89	-1,42	-0,94	-0,47	4,72	0,47	0,94	1,42	1,89	2,36
2A<<	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
3T<<	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
3S<<	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
3Lo<<	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
3F<<	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
3Lz<<	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
3Fe	-2,12	-1,70	-1,27	-0,85	-0,42	4,24	0,42	0,85	1,27	1,70	2,12
3Feq	-2,12	-1,70	-1,27	-0,85	-0,42	4,24	0,42	0,85	1,27	1,70	2,12
3Fe<	-1,59	-1,27	-0,95	-0,64	-0,32	3,18	0,32	0,64	0,95	1,27	1,59
3Fe<<	-0,72	-0,58	-0,43	-0,29	-0,14	1,44	0,14	0,29	0,43	0,58	0,72
3Lze	-2,36	-1,89	-1,42	-0,94	-0,47	4,72	0,47	0,94	1,42	1,89	2,36
3Lzeq	-2,36	-1,89	-1,42	-0,94	-0,47	4,72	0,47	0,94	1,42	1,89	2,36
3Lze<	-1,77	-1,42	-1,06	-0,71	-0,35	3,54	0,35	0,71	1,06	1,42	1,77
3Lze<<	-0,84	-0,67	-0,50	-0,34	-0,17	1,68	0,17	0,34	0,50	0,67	0,84

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%
3F!	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3F!b	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3F!q	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3F!qb	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3F!<	-2,12	-1,70	-1,27	-0,85	-0,42	4,24	0,42	0,85	1,27	1,70	2,12
3F!<<	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
3Lz!	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
3Lz!b	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
3Lz!q	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
3Lz!qb	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
3Lz!<	-2,36	-1,89	-1,42	-0,94	-0,47	4,72	0,47	0,94	1,42	1,89	2,36
3Lz!<<	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
3A	-4,00	-3,20	-2,40	-1,60	-0,80	8,00	0,80	1,60	2,40	3,20	4,00
3Ab	-4,00	-3,20	-2,40	-1,60	-0,80	8,00	0,80	1,60	2,40	3,20	4,00
4T	-4,75	-3,80	-2,85	-1,90	-0,95	9,50	0,95	1,90	2,85	3,80	4,75
4S	-4,85	-3,88	-2,91	-1,94	-0,97	9,70	0,97	1,94	2,91	3,88	4,85
4Lo	-5,25	-4,20	-3,15	-2,10	-1,05	10,50	1,05	2,10	3,15	4,20	5,25
4F	-5,50	-4,40	-3,30	-2,20	-1,10	11,00	1,10	2,20	3,30	4,40	5,50
4Lz	-5,75	-4,60	-3,45	-2,30	-1,15	11,50	1,15	2,30	3,45	4,60	5,75
4A	-6,25	-5,00	-3,75	-2,50	-1,25	12,50	1,25	2,50	3,75	5,00	6,25
3Aq	-4,00	-3,20	-2,40	-1,60	-0,80	8,00	0,80	1,60	2,40	3,20	4,00
3Aqb	-4,00	-3,20	-2,40	-1,60	-0,80	8,00	0,80	1,60	2,40	3,20	4,00
4Tq	-4,75	-3,80	-2,85	-1,90	-0,95	9,50	0,95	1,90	2,85	3,80	4,75
4Sq	-4,85	-3,88	-2,91	-1,94	-0,97	9,70	0,97	1,94	2,91	3,88	4,85
4Loq	-5,25	-4,20	-3,15	-2,10	-1,05	10,50	1,05	2,10	3,15	4,20	5,25
4Fq	-5,50	-4,40	-3,30	-2,20	-1,10	11,00	1,10	2,20	3,30	4,40	5,50
4Lzq	-5,75	-4,60	-3,45	-2,30	-1,15	11,50	1,15	2,30	3,45	4,60	5,75
4Aq	-6,25	-5,00	-3,75	-2,50	-1,25	12,50	1,25	2,50	3,75	5,00	6,25
3A<	-3,20	-2,56	-1,92	-1,28	-0,64	6,40	0,64	1,28	1,92	2,56	3,20
4T<	-3,80	-3,04	-2,28	-1,52	-0,76	7,60	0,76	1,52	2,28	3,04	3,80
4S<	-3,88	-3,10	-2,33	-1,55	-0,78	7,76	0,78	1,55	2,33	3,10	3,88
4Lo<	-4,20	-3,36	-2,52	-1,68	-0,84	8,40	0,84	1,68	2,52	3,36	4,20
4F<	-4,40	-3,52	-2,64	-1,76	-0,88	8,80	0,88	1,76	2,64	3,52	4,40
4Lz<	-4,60	-3,68	-2,76	-1,84	-0,92	9,20	0,92	1,84	2,76	3,68	4,60
3A<<	-1,65	-1,32	-0,99	-0,66	-0,33	3,30	0,33	0,66	0,99	1,32	1,65
4T<<	-2,10	-1,68	-1,26	-0,84	-0,42	4,20	0,42	0,84	1,26	1,68	2,10
4S<<	-2,15	-1,72	-1,29	-0,86	-0,43	4,30	0,43	0,86	1,29	1,72	2,15
4Lo<<	-2,45	-1,96	-1,47	-0,98	-0,49	4,90	0,49	0,98	1,47	1,96	2,45
4F<<	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
4Lz<<	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
4Fe	-4,40	-3,52	-2,64	-1,76	-0,88	8,80	0,88	1,76	2,64	3,52	4,40
4Feq	-4,40	-3,52	-2,64	-1,76	-0,88	8,80	0,88	1,76	2,64	3,52	4,40
4Fe<	-3,30	-2,64	-1,98	-1,32	-0,66	6,60	0,66	1,32	1,98	2,64	3,30
4Fe<<	-2,12	-1,70	-1,27	-0,85	-0,42	4,24	0,42	0,85	1,27	1,70	2,12
4Lze	-4,60	-3,68	-2,76	-1,84	-0,92	9,20	0,92	1,84	2,76	3,68	4,60
4Lzeq	-4,60	-3,68	-2,76	-1,84	-0,92	9,20	0,92	1,84	2,76	3,68	4,60
4Lze<	-3,45	-2,76	-2,07	-1,38	-0,69	6,90	0,69	1,38	2,07	2,76	3,45
4Lze<<	-2,36	-1,89	-1,42	-0,94	-0,47	4,72	0,47	0,94	1,42	1,89	2,36
4F!	-5,50	-4,40	-3,30	-2,20	-1,10	11,00	1,10	2,20	3,30	4,40	5,50
4F!q	-5,50	-4,40	-3,30	-2,20	-1,10	11,00	1,10	2,20	3,30	4,40	5,50
4F!<	-4,40	-3,52	-2,64	-1,76	-0,88	8,80	0,88	1,76	2,64	3,52	4,40
4F!<<	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
4Lz!	-5,75	-4,60	-3,45	-2,30	-1,15	11,50	1,15	2,30	3,45	4,60	5,75
4Lz!q	-5,75	-4,60	-3,45	-2,30	-1,15	11,50	1,15	2,30	3,45	4,60	5,75
4Lz!<	-4,60	-3,68	-2,76	-1,84	-0,92	9,20	0,92	1,84	2,76	3,68	4,60
4Lz!<<	-2,95	-2,36	-1,77	-1,18	-0,59	5,90	0,59	1,18	1,77	2,36	2,95
4A<	-5,00	-4,00	-3,00	-2,00	-1,00	10,00	1,00	2,00	3,00	4,00	5,00
4A<<	-4,00	-3,20	-2,40	-1,60	-0,80	8,00	0,80	1,60	2,40	3,20	4,00
<u>5T</u>	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	<u>14,00</u>	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>
<u>5S</u>	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	<u>14,00</u>	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>
<u>5Lo</u>	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	<u>14,00</u>	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>
<u>5F</u>	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	<u>14,00</u>	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>
<u>5Lz</u>	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	<u>14,00</u>	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%

5Tq	-7,00	-5,60	-4,20	-2,80	-1,40	14,00	1,40	2,80	4,20	5,60	7,00
5Sq	-7,00	-5,60	-4,20	-2,80	-1,40	14,00	1,40	2,80	4,20	5,60	7,00
5Loq	-7,00	-5,60	-4,20	-2,80	-1,40	14,00	1,40	2,80	4,20	5,60	7,00
5Fq	-7,00	-5,60	-4,20	-2,80	-1,40	14,00	1,40	2,80	4,20	5,60	7,00
5Lzq	-7,00	-5,60	-4,20	-2,80	-1,40	14,00	1,40	2,80	4,20	5,60	7,00
5T<	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5S<	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5Lo<	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5F<	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5Lz<	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5T<<	<u>-4,75</u>	<u>-3,80</u>	<u>-2,85</u>	<u>-1,90</u>	<u>-0,95</u>	9,50	<u>0,95</u>	<u>1,90</u>	<u>2,85</u>	<u>3,80</u>	<u>4,75</u>
5S<<	<u>-4,75</u>	<u>-3,80</u>	<u>-2,85</u>	<u>-1,90</u>	<u>-0,95</u>	9,50	<u>0,95</u>	<u>1,90</u>	<u>2,85</u>	<u>3,80</u>	<u>4,75</u>
5Lo<<	<u>-4,75</u>	<u>-3,80</u>	<u>-2,85</u>	<u>-1,90</u>	<u>-0,95</u>	9,50	<u>0,95</u>	<u>1,90</u>	<u>2,85</u>	<u>3,80</u>	<u>4,75</u>
5F<<	<u>-4,75</u>	<u>-3,80</u>	<u>-2,85</u>	<u>-1,90</u>	<u>-0,95</u>	9,50	<u>0,95</u>	<u>1,90</u>	<u>2,85</u>	<u>3,80</u>	<u>4,75</u>
5Lz<<	<u>-4,75</u>	<u>-3,80</u>	<u>-2,85</u>	<u>-1,90</u>	<u>-0,95</u>	9,50	<u>0,95</u>	<u>1,90</u>	<u>2,85</u>	<u>3,80</u>	<u>4,75</u>
5Fe	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5Feq	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5Fe<	<u>-4,20</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,52</u>	<u>-1,68</u>	<u>-0,84</u>	8,40	<u>0,84</u>	<u>1,68</u>	<u>2,52</u>	<u>3,36</u>	<u>4,20</u>
5Fe<<	<u>-3,80</u>	<u>-3,04</u>	<u>-2,28</u>	<u>-1,52</u>	<u>-0,76</u>	7,60	<u>0,76</u>	<u>1,52</u>	<u>2,28</u>	<u>3,04</u>	<u>3,80</u>
5Lze	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5Lzeq	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5Lze<	<u>-4,20</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,52</u>	<u>-1,68</u>	<u>-0,84</u>	8,40	<u>0,84</u>	<u>1,68</u>	<u>2,52</u>	<u>3,36</u>	<u>4,20</u>
5Lze<<	<u>-3,80</u>	<u>-3,04</u>	<u>-2,28</u>	<u>-1,52</u>	<u>-0,76</u>	7,60	<u>0,76</u>	<u>1,52</u>	<u>2,28</u>	<u>3,04</u>	<u>3,80</u>
5F!	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	14,00	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>
5F!q	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	14,00	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>
5F!<	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5F!<<	<u>-4,75</u>	<u>-3,80</u>	<u>-2,85</u>	<u>-1,90</u>	<u>-0,95</u>	9,50	<u>0,95</u>	<u>1,90</u>	<u>2,85</u>	<u>3,80</u>	<u>4,75</u>
5Lz!	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	14,00	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>
5Lz!q	<u>-7,00</u>	<u>-5,60</u>	<u>-4,20</u>	<u>-2,80</u>	<u>-1,40</u>	14,00	<u>1,40</u>	<u>2,80</u>	<u>4,20</u>	<u>5,60</u>	<u>7,00</u>
5Lz!<	<u>-5,60</u>	<u>-4,48</u>	<u>-3,36</u>	<u>-2,24</u>	<u>-1,12</u>	11,20	<u>1,12</u>	<u>2,24</u>	<u>3,36</u>	<u>4,48</u>	<u>5,60</u>
5Lz!<<	<u>-4,75</u>	<u>-3,80</u>	<u>-2,85</u>	<u>-1,90</u>	<u>-0,95</u>	9,50	<u>0,95</u>	<u>1,90</u>	<u>2,85</u>	<u>3,80</u>	<u>4,75</u>

スピン

1種類の基本姿勢かつ足換え無しのスピン(アップライト,レイバック,キャメルまたはシット)

USpB	-0,50	-0,40	-0,30	-0,20	-0,10	1,00	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
USp1	-0,60	-0,48	-0,36	-0,24	-0,12	1,20	0,12	0,24	0,36	0,48	0,60
USp2	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
USp3	-0,95	-0,76	-0,57	-0,38	-0,19	1,90	0,19	0,38	0,57	0,76	0,95
USp4	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
LSpB	-0,60	-0,48	-0,36	-0,24	-0,12	1,20	0,12	0,24	0,36	0,48	0,60
LSp1	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
LSp2	-0,95	-0,76	-0,57	-0,38	-0,19	1,90	0,19	0,38	0,57	0,76	0,95
LSp3	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
LSp4	-1,35	-1,08	-0,81	-0,54	-0,27	2,70	0,27	0,54	0,81	1,08	1,35
CSpB	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
CSp1	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
CSp2	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
CSp3	-1,15	-0,92	-0,69	-0,46	-0,23	2,30	0,23	0,46	0,69	0,92	1,15
CSp4	-1,30	-1,04	-0,78	-0,52	-0,26	2,60	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
SSpB	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
SSp1	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
SSp2	-0,80	-0,64	-0,48	-0,32	-0,16	1,60	0,16	0,32	0,48	0,64	0,80
SSp3	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
SSp4	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25

フライング・スピン(あらゆるタイプの基本姿勢- アップライト,レイバック,キャメルまたはシット)

FUSpB	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FUSp1	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
FUSp2	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
FUSp3	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
FUSp4	-1,45	-1,16	-0,87	-0,58	-0,29	2,90	0,29	0,58	0,87	1,16	1,45
FUSpBV	-0,57	-0,45	-0,34	-0,23	-0,11	1,13	0,11	0,23	0,34	0,45	0,57
FUSp1V	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
FUSp2V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FUSp3V	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
FUSp4V	-1,09	-0,87	-0,65	-0,44	-0,22	2,18	0,22	0,44	0,65	0,87	1,09

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%

FLSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
FLSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
FLSp2	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
FLSp3	-1,45	-1,16	-0,87	-0,58	-0,29	2,90	0,29	0,58	0,87	1,16	1,45
FLSp4	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
FLSpBV	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
FLSp1V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FLSp2V	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
FLSp3V	-1,09	-0,87	-0,65	-0,44	-0,22	2,18	0,22	0,44	0,65	0,87	1,09
FLSp4V	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
FCSpB	-0,80	-0,64	-0,48	-0,32	-0,16	1,60	0,16	0,32	0,48	0,64	0,80
FCSp1	-0,95	-0,76	-0,57	-0,38	-0,19	1,90	0,19	0,38	0,57	0,76	0,95
FCSp2	-1,15	-0,92	-0,69	-0,46	-0,23	2,30	0,23	0,46	0,69	0,92	1,15
FCSp3	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
FCSp4	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
FCSpBV	-0,60	-0,48	-0,36	-0,24	-0,12	1,20	0,12	0,24	0,36	0,48	0,60
FCSp1V	-0,72	-0,57	-0,43	-0,29	-0,14	1,43	0,14	0,29	0,43	0,57	0,72
FCSp2V	-0,87	-0,69	-0,52	-0,35	-0,17	1,73	0,17	0,35	0,52	0,69	0,87
FCSp3V	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
FCSp4V	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
FSSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
FSSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
FSSp2	-1,15	-0,92	-0,69	-0,46	-0,23	2,30	0,23	0,46	0,69	0,92	1,15
FSSp3	-1,30	-1,04	-0,78	-0,52	-0,26	2,60	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
FSSp4	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
FSSpBV	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
FSSp1V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FSSp2V	-0,87	-0,69	-0,52	-0,35	-0,17	1,73	0,17	0,35	0,52	0,69	0,87
FSSp3V	-0,98	-0,78	-0,59	-0,39	-0,20	1,95	0,20	0,39	0,59	0,78	0,98
FSSp4V	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13

足換えありのスピ

CUSpB	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
CUSp1	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
CUSp2	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
CUSp3	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
CUSp4	-1,45	-1,16	-0,87	-0,58	-0,29	2,90	0,29	0,58	0,87	1,16	1,45
CUSpBV	-0,57	-0,45	-0,34	-0,23	-0,11	1,13	0,11	0,23	0,34	0,45	0,57
CUSp1V	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
CUSp2V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
CUSp3V	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
CUSp4V	-1,09	-0,87	-0,65	-0,44	-0,22	2,18	0,22	0,44	0,65	0,87	1,09
FCUSpB	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FCUSp1	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
FCUSp2	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
FCUSp3	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
FCUSp4	-1,45	-1,16	-0,87	-0,58	-0,29	2,90	0,29	0,58	0,87	1,16	1,45
FCUSpBV	-0,57	-0,45	-0,34	-0,23	-0,11	1,13	0,11	0,23	0,34	0,45	0,57
FCUSp1V	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
FCUSp2V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FCUSp3V	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
FCUSp4V	-1,09	-0,87	-0,65	-0,44	-0,22	2,18	0,22	0,44	0,65	0,87	1,09
CLSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
CLSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
CLSp2	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
CLSp3	-1,45	-1,16	-0,87	-0,58	-0,29	2,90	0,29	0,58	0,87	1,16	1,45
CLSp4	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
CLSpBV	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
CLSp1V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
CLSp2V	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
CLSp3V	-1,09	-0,87	-0,65	-0,44	-0,22	2,18	0,22	0,44	0,65	0,87	1,09
CLSp4V	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%

FCLSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
FCLSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
FCLSp2	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
FCLSp3	-1,45	-1,16	-0,87	-0,58	-0,29	2,90	0,29	0,58	0,87	1,16	1,45
FCLSp4	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
FCLSpBV	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
FCLSp1V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FCLSp2V	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
FCLSp3V	-1,09	-0,87	-0,65	-0,44	-0,22	2,18	0,22	0,44	0,65	0,87	1,09
FCLSp4V	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
CCSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
CCSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
CCSp2	-1,15	-0,92	-0,69	-0,46	-0,23	2,30	0,23	0,46	0,69	0,92	1,15
CCSp3	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
CCSp4	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
CCSpBV	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
CCSp1V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
CCSp2V	-0,87	-0,69	-0,52	-0,35	-0,17	1,73	0,17	0,35	0,52	0,69	0,87
CCSp3V	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
CCSp4V	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
FCCSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
FCCSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
FCCSp2	-1,15	-0,92	-0,69	-0,46	-0,23	2,30	0,23	0,46	0,69	0,92	1,15
FCCSp3	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
FCCSp4	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
FCCSpBV	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
FCCSp1V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FCCSp2V	-0,87	-0,69	-0,52	-0,35	-0,17	1,73	0,17	0,35	0,52	0,69	0,87
FCCSp3V	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
FCCSp4V	-1,20	-0,96	-0,72	-0,48	-0,24	2,40	0,24	0,48	0,72	0,96	1,20
CSSpB	-0,80	-0,64	-0,48	-0,32	-0,16	1,60	0,16	0,32	0,48	0,64	0,80
CSSp1	-0,95	-0,76	-0,57	-0,38	-0,19	1,90	0,19	0,38	0,57	0,76	0,95
CSSp2	-1,15	-0,92	-0,69	-0,46	-0,23	2,30	0,23	0,46	0,69	0,92	1,15
CSSp3	-1,30	-1,04	-0,78	-0,52	-0,26	2,60	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
CSSp4	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
CSSpBV	-0,60	-0,48	-0,36	-0,24	-0,12	1,20	0,12	0,24	0,36	0,48	0,60
CSSp1V	-0,72	-0,57	-0,43	-0,29	-0,14	1,43	0,14	0,29	0,43	0,57	0,72
CSSp2V	-0,87	-0,69	-0,52	-0,35	-0,17	1,73	0,17	0,35	0,52	0,69	0,87
CSSp3V	-0,98	-0,78	-0,59	-0,39	-0,20	1,95	0,20	0,39	0,59	0,78	0,98
CSSp4V	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13
FCSSpB	-0,80	-0,64	-0,48	-0,32	-0,16	1,60	0,16	0,32	0,48	0,64	0,80
FCSSp1	-0,95	-0,76	-0,57	-0,38	-0,19	1,90	0,19	0,38	0,57	0,76	0,95
FCSSp2	-1,15	-0,92	-0,69	-0,46	-0,23	2,30	0,23	0,46	0,69	0,92	1,15
FCSSp3	-1,30	-1,04	-0,78	-0,52	-0,26	2,60	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
FCSSp4	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
FCSSpBV	-0,60	-0,48	-0,36	-0,24	-0,12	1,20	0,12	0,24	0,36	0,48	0,60
FCSSp1V	-0,72	-0,57	-0,43	-0,29	-0,14	1,43	0,14	0,29	0,43	0,57	0,72
FCSSp2V	-0,87	-0,69	-0,52	-0,35	-0,17	1,73	0,17	0,35	0,52	0,69	0,87
FCSSp3V	-0,98	-0,78	-0,59	-0,39	-0,20	1,95	0,20	0,39	0,59	0,78	0,98
FCSSp4V	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13

足換え無しのスピン・コンビネーション

CoSpB	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
CoSp1	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
CoSp2	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
CoSp3	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
CoSp4	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
CoSpBV	-0,57	-0,45	-0,34	-0,23	-0,11	1,13	0,11	0,23	0,34	0,45	0,57
CoSp1V	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
CoSp2V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
CoSp3V	-0,94	-0,75	-0,56	-0,38	-0,19	1,88	0,19	0,38	0,56	0,75	0,94
CoSp4V	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%
FCoSpB	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FCoSp1	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
FCoSp2	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
FCoSp3	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
FCoSp4	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
FCoSpBV	-0,57	-0,45	-0,34	-0,23	-0,11	1,13	0,11	0,23	0,34	0,45	0,57
FCoSp1V	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
FCoSp2V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FCoSp3V	-0,94	-0,75	-0,56	-0,38	-0,19	1,88	0,19	0,38	0,56	0,75	0,94
FCoSp4V	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13

足換えありのスピン・コンビネーション

CCoSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
CCoSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
CCoSp2	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
CCoSp3	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
CCoSp4	-1,75	-1,40	-1,05	-0,70	-0,35	3,50	0,35	0,70	1,05	1,40	1,75
CCoSpBV	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
CCoSp1V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
CCoSp2V	-0,94	-0,75	-0,56	-0,38	-0,19	1,88	0,19	0,38	0,56	0,75	0,94
CCoSp3V	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13
CCoSp4V	-1,32	-1,05	-0,79	-0,53	-0,26	2,63	0,26	0,53	0,79	1,05	1,32
FCCoSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
FCCoSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
FCCoSp2	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
FCCoSp3	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
FCCoSp4	-1,75	-1,40	-1,05	-0,70	-0,35	3,50	0,35	0,70	1,05	1,40	1,75
FCCoSpBV	-0,64	-0,51	-0,38	-0,26	-0,13	1,28	0,13	0,26	0,38	0,51	0,64
FCCoSp1V	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
FCCoSp2V	-0,94	-0,75	-0,56	-0,38	-0,19	1,88	0,19	0,38	0,56	0,75	0,94
FCCoSp3V	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13
FCCoSp4V	-1,32	-1,05	-0,79	-0,53	-0,26	2,63	0,26	0,53	0,79	1,05	1,32

ステップ・シーケンス

StSqB	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
StSq1	-0,90	-0,72	-0,54	-0,36	-0,18	1,80	0,18	0,36	0,54	0,72	0,90
StSq2	-1,30	-1,04	-0,78	-0,52	-0,26	2,60	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
StSq3	-1,65	-1,32	-0,99	-0,66	-0,33	3,30	0,33	0,66	0,99	1,32	1,65
StSq4	-1,95	-1,56	-1,17	-0,78	-0,39	3,90	0,39	0,78	1,17	1,56	1,95

コレオグラフィック・シーケンス(価値尺度の増加は基礎値のパーセンテージの原則によらない)

ChSq1	-2,50	-2,00	-1,50	-1,00	-0,50	3,00	0,50	1,00	1,50	2,00	2,50
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------------	------	------	------	------	------

ペア・スケージング リフト

グループ 1

1LiB	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
1Li1	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
1Li2	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
1Li3	-0,95	-0,76	-0,57	-0,38	-0,19	1,90	0,19	0,38	0,57	0,76	0,95
1Li4	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05

グループ 2

2LiB	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
2Li1	-0,95	-0,76	-0,57	-0,38	-0,19	1,90	0,19	0,38	0,57	0,76	0,95
2Li2	-1,15	-0,92	-0,69	-0,46	-0,23	2,30	0,23	0,46	0,69	0,92	1,15
2Li3	-1,35	-1,08	-0,81	-0,54	-0,27	2,70	0,27	0,54	0,81	1,08	1,35
2Li4	-1,55	-1,24	-0,93	-0,62	-0,31	3,10	0,31	0,62	0,93	1,24	1,55

グループ 3

3LiB	-1,75	-1,40	-1,05	-0,70	-0,35	3,50	0,35	0,70	1,05	1,40	1,75
3Li1	-1,95	-1,56	-1,17	-0,78	-0,39	3,90	0,39	0,78	1,17	1,56	1,95
3Li2	-2,15	-1,72	-1,29	-0,86	-0,43	4,30	0,43	0,86	1,29	1,72	2,15
3Li3	-2,35	-1,88	-1,41	-0,94	-0,47	4,70	0,47	0,94	1,41	1,88	2,35
3Li4	-2,55	-2,04	-1,53	-1,02	-0,51	5,10	0,51	1,02	1,53	2,04	2,55

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%

グループ 4

4LiB	-1,75	-1,40	-1,05	-0,70	-0,35	3,50	0,35	0,70	1,05	1,40	1,75
4Li1	-1,95	-1,56	-1,17	-0,78	-0,39	3,90	0,39	0,78	1,17	1,56	1,95
4Li2	-2,15	-1,72	-1,29	-0,86	-0,43	4,30	0,43	0,86	1,29	1,72	2,15
4Li3	-2,35	-1,88	-1,41	-0,94	-0,47	4,70	0,47	0,94	1,41	1,88	2,35
4Li4	-2,55	-2,04	-1,53	-1,02	-0,51	5,10	0,51	1,02	1,53	2,04	2,55

グループ 5S(ステップ・リフト)

5SLiB	-2,30	-1,84	-1,38	-0,92	-0,46	4,60	0,46	0,92	1,38	1,84	2,30
5SLi1	-2,50	-2,00	-1,50	-1,00	-0,50	5,00	0,50	1,00	1,50	2,00	2,50
5SLi2	-2,70	-2,16	-1,62	-1,08	-0,54	5,40	0,54	1,08	1,62	2,16	2,70
5SLi3	-2,90	-2,32	-1,74	-1,16	-0,58	5,80	0,58	1,16	1,74	2,32	2,90
5SLi4	-3,10	-2,48	-1,86	-1,24	-0,62	6,20	0,62	1,24	1,86	2,48	3,10

グループ 5T(トゥ・リフト)

5TLiB	-2,30	-1,84	-1,38	-0,92	-0,46	4,60	0,46	0,92	1,38	1,84	2,30
5TLi1	-2,50	-2,00	-1,50	-1,00	-0,50	5,00	0,50	1,00	1,50	2,00	2,50
5TLi2	-2,70	-2,16	-1,62	-1,08	-0,54	5,40	0,54	1,08	1,62	2,16	2,70
5TLi3	-2,90	-2,32	-1,74	-1,16	-0,58	5,80	0,58	1,16	1,74	2,32	2,90
5TLi4	-3,10	-2,48	-1,86	-1,24	-0,62	6,20	0,62	1,24	1,86	2,48	3,10

グループ 5B(バックワード・リフト)

5BLiB	-2,50	-2,00	-1,50	-1,00	-0,50	5,00	0,50	1,00	1,50	2,00	2,50
5BLi1	-2,70	-2,16	-1,62	-1,08	-0,54	5,40	0,54	1,08	1,62	2,16	2,70
5BLi2	-2,90	-2,32	-1,74	-1,16	-0,58	5,80	0,58	1,16	1,74	2,32	2,90
5BLi3	-3,10	-2,48	-1,86	-1,24	-0,62	6,20	0,62	1,24	1,86	2,48	3,10
5BLi4	-3,25	-2,60	-1,95	-1,30	-0,65	6,50	0,65	1,30	1,95	2,60	3,25

グループ 5A(アクセル・リフト)

5ALiB	-2,70	-2,16	-1,62	-1,08	-0,54	5,40	0,54	1,08	1,62	2,16	2,70
5ALi1	-2,90	-2,32	-1,74	-1,16	-0,58	5,80	0,58	1,16	1,74	2,32	2,90
5ALi2	-3,10	-2,48	-1,86	-1,24	-0,62	6,20	0,62	1,24	1,86	2,48	3,10
5ALi3	-3,30	-2,64	-1,98	-1,32	-0,66	6,60	0,66	1,32	1,98	2,64	3,30
5ALi4	-3,50	-2,80	-2,10	-1,40	-0,70	7,00	0,70	1,40	2,10	2,80	3,50

グループ 5R(リバース・リフト)

5RLiB	-2,70	-2,16	-1,62	-1,08	-0,54	5,40	0,54	1,08	1,62	2,16	2,70
5RLi1	-2,90	-2,32	-1,74	-1,16	-0,58	5,80	0,58	1,16	1,74	2,32	2,90
5RLi2	-3,10	-2,48	-1,86	-1,24	-0,62	6,20	0,62	1,24	1,86	2,48	3,10
5RLi3	-3,30	-2,64	-1,98	-1,32	-0,66	6,60	0,66	1,32	1,98	2,64	3,30
5RLi4	-3,50	-2,80	-2,10	-1,40	-0,70	7,00	0,70	1,40	2,10	2,80	3,50

ツイスト・リフト

1TwB	-0,45	-0,36	-0,27	-0,18	-0,09	0,90	0,09	0,18	0,27	0,36	0,45
1Tw1	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
1Tw2	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
1Tw3	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
1Tw4	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
1TwB<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Tw1<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Tw2<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Tw3<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1Tw4<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

2TwB	-1,30	-1,04	-0,78	-0,52	-0,26	2,60	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
2Tw1	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
2Tw2	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
2Tw3	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
2Tw4	-1,70	-1,36	-1,02	-0,68	-0,34	3,40	0,34	0,68	1,02	1,36	1,70
2TwB<<	-0,45	-0,36	-0,27	-0,18	-0,09	0,90	0,09	0,18	0,27	0,36	0,45
2Tw1<<	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
2Tw2<<	-0,65	-0,52	-0,39	-0,26	-0,13	1,30	0,13	0,26	0,39	0,52	0,65
2Tw3<<	-0,75	-0,60	-0,45	-0,30	-0,15	1,50	0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
2Tw4<<	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%

3TwB	-2,40	-1,92	-1,44	-0,96	-0,48	4,80	0,48	0,96	1,44	1,92	2,40
3Tw1	-2,55	-2,04	-1,53	-1,02	-0,51	5,10	0,51	1,02	1,53	2,04	2,55
3Tw2	-2,70	-2,16	-1,62	-1,08	-0,54	5,40	0,54	1,08	1,62	2,16	2,70
3Tw3	-2,85	-2,28	-1,71	-1,14	-0,57	5,70	0,57	1,14	1,71	2,28	2,85
3Tw4	-3,00	-2,40	-1,80	-1,20	-0,60	6,00	0,60	1,20	1,80	2,40	3,00
3TwB<<	-1,30	-1,04	-0,78	-0,52	-0,26	2,60	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
3Tw1<<	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
3Tw2<<	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
3Tw3<<	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
3Tw4<<	-1,70	-1,36	-1,02	-0,68	-0,34	3,40	0,34	0,68	1,02	1,36	1,70

4TwB	-3,20	-2,56	-1,92	-1,28	-0,64	6,40	0,64	1,28	1,92	2,56	3,20
4Tw1	-3,40	-2,72	-2,04	-1,36	-0,68	6,80	0,68	1,36	2,04	2,72	3,40
4Tw2	-3,60	-2,88	-2,16	-1,44	-0,72	7,20	0,72	1,44	2,16	2,88	3,60
4Tw3	-3,80	-3,04	-2,28	-1,52	-0,76	7,60	0,76	1,52	2,28	3,04	3,80
4Tw4	-4,00	-3,20	-2,40	-1,60	-0,80	8,00	0,80	1,60	2,40	3,20	4,00
4TwB<<	-2,40	-1,92	-1,44	-0,96	-0,48	4,80	0,48	0,96	1,44	1,92	2,40
4Tw1<<	-2,55	-2,04	-1,53	-1,02	-0,51	5,10	0,51	1,02	1,53	2,04	2,55
4Tw2<<	-2,70	-2,16	-1,62	-1,08	-0,54	5,40	0,54	1,08	1,62	2,16	2,70
4Tw3<<	-2,85	-2,28	-1,71	-1,14	-0,57	5,70	0,57	1,14	1,71	2,28	2,85
4Tw4<<	-3,00	-2,40	-1,80	-1,20	-0,60	6,00	0,60	1,20	1,80	2,40	3,00

スロウ・ジャンプ

1TTh	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
1STh	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
1LoTh	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
1FTh	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
1LzTh	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
1TThq	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
1SThq	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
1LoThq	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
1FThq	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
1LzThq	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
1TTh<	-0,42	-0,33	-0,25	-0,17	-0,08	0,83	0,08	0,17	0,25	0,33	0,42
1STh<	-0,42	-0,33	-0,25	-0,17	-0,08	0,83	0,08	0,17	0,25	0,33	0,42
1LoTh<	-0,53	-0,42	-0,32	-0,21	-0,11	1,05	0,11	0,21	0,32	0,42	0,53
1FTh<	-0,53	-0,42	-0,32	-0,21	-0,11	1,05	0,11	0,21	0,32	0,42	0,53
1LzTh<	-0,53	-0,42	-0,32	-0,21	-0,11	1,05	0,11	0,21	0,32	0,42	0,53
1TTh<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1STh<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1LoTh<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1FTh<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1LzTh<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

1ATh	-1,10	-0,88	-0,66	-0,44	-0,22	2,20	0,22	0,44	0,66	0,88	1,10
2TTh	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
2STh	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
2LoTh	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
2FTh	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
2LzTh	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
1AThq	-1,10	-0,88	-0,66	-0,44	-0,22	2,20	0,22	0,44	0,66	0,88	1,10
2TThq	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
2SThq	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
2LoThq	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
2FThq	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
2LzThq	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
1ATh<	-0,83	-0,66	-0,50	-0,33	-0,17	1,65	0,17	0,33	0,50	0,66	0,83
2TTh<	-0,94	-0,75	-0,56	-0,38	-0,19	1,88	0,19	0,38	0,56	0,75	0,94
2STh<	-0,94	-0,75	-0,56	-0,38	-0,19	1,88	0,19	0,38	0,56	0,75	0,94
2LoTh<	-1,05	-0,84	-0,63	-0,42	-0,21	2,10	0,21	0,42	0,63	0,84	1,05
2FTh<	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13
2LzTh<	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13
1ATh<<	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2TTh<<	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
2STh<<	-0,55	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	1,10	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
2LoTh<<	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
2FTh<<	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70
2LzTh<<	-0,70	-0,56	-0,42	-0,28	-0,14	1,40	0,14	0,28	0,42	0,56	0,70

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%

2ATh	-2,00	-1,60	-1,20	-0,80	-0,40	4,00	0,40	0,80	1,20	1,60	2,00
3TTh	-2,20	-1,76	-1,32	-0,88	-0,44	4,40	0,44	0,88	1,32	1,76	2,20
3STh	-2,20	-1,76	-1,32	-0,88	-0,44	4,40	0,44	0,88	1,32	1,76	2,20
3LoTh	-2,50	-2,00	-1,50	-1,00	-0,50	5,00	0,50	1,00	1,50	2,00	2,50
3FTh	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3LzTh	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
2AThq	-2,00	-1,60	-1,20	-0,80	-0,40	4,00	0,40	0,80	1,20	1,60	2,00
3TThq	-2,20	-1,76	-1,32	-0,88	-0,44	4,40	0,44	0,88	1,32	1,76	2,20
3SThq	-2,20	-1,76	-1,32	-0,88	-0,44	4,40	0,44	0,88	1,32	1,76	2,20
3LoThq	-2,50	-2,00	-1,50	-1,00	-0,50	5,00	0,50	1,00	1,50	2,00	2,50
3FThq	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
3LzThq	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
2ATh<	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
3TTh<	-1,65	-1,32	-0,99	-0,66	-0,33	3,30	0,33	0,66	0,99	1,32	1,65
3STh<	-1,65	-1,32	-0,99	-0,66	-0,33	3,30	0,33	0,66	0,99	1,32	1,65
3LoTh<	-1,88	-1,50	-1,13	-0,75	-0,38	3,75	0,38	0,75	1,13	1,50	1,88
3FTh<	-1,99	-1,59	-1,19	-0,80	-0,40	3,98	0,40	0,80	1,19	1,59	1,99
3LzTh<	-1,99	-1,59	-1,19	-0,80	-0,40	3,98	0,40	0,80	1,19	1,59	1,99
2ATh<<	-1,10	-0,88	-0,66	-0,44	-0,22	2,20	0,22	0,44	0,66	0,88	1,10
3TTh<<	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
3STh<<	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
3LoTh<<	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
3FTh<<	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
3LzTh<<	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50

3ATh	-3,00	-2,40	-1,80	-1,20	-0,60	6,00	0,60	1,20	1,80	2,40	3,00
4TTh	-3,25	-2,60	-1,95	-1,30	-0,65	6,50	0,65	1,30	1,95	2,60	3,25
4STh	-3,25	-2,60	-1,95	-1,30	-0,65	6,50	0,65	1,30	1,95	2,60	3,25
4LoTh	-3,50	-2,80	-2,10	-1,40	-0,70	7,00	0,70	1,40	2,10	2,80	3,50
4FTh	-3,75	-3,00	-2,25	-1,50	-0,75	7,50	0,75	1,50	2,25	3,00	3,75
4LzTh	-3,75	-3,00	-2,25	-1,50	-0,75	7,50	0,75	1,50	2,25	3,00	3,75
3AThq	-3,00	-2,40	-1,80	-1,20	-0,60	6,00	0,60	1,20	1,80	2,40	3,00
4TThq	-3,25	-2,60	-1,95	-1,30	-0,65	6,50	0,65	1,30	1,95	2,60	3,25
4SThq	-3,25	-2,60	-1,95	-1,30	-0,65	6,50	0,65	1,30	1,95	2,60	3,25
4LoThq	-3,50	-2,80	-2,10	-1,40	-0,70	7,00	0,70	1,40	2,10	2,80	3,50
4FThq	-3,75	-3,00	-2,25	-1,50	-0,75	7,50	0,75	1,50	2,25	3,00	3,75
4LzThq	-3,75	-3,00	-2,25	-1,50	-0,75	7,50	0,75	1,50	2,25	3,00	3,75
3ATh<	-2,25	-1,80	-1,35	-0,90	-0,45	4,50	0,45	0,90	1,35	1,80	2,25
4TTh<	-2,44	-1,95	-1,46	-0,98	-0,49	4,88	0,49	0,98	1,46	1,95	2,44
4STh<	-2,44	-1,95	-1,46	-0,98	-0,49	4,88	0,49	0,98	1,46	1,95	2,44
4LoTh<	-2,63	-2,10	-1,58	-1,05	-0,53	5,25	0,53	1,05	1,58	2,10	2,63
4FTh<	-2,82	-2,25	-1,69	-1,13	-0,56	5,63	0,56	1,13	1,69	2,25	2,82
4LzTh<	-2,82	-2,25	-1,69	-1,13	-0,56	5,63	0,56	1,13	1,69	2,25	2,82
3ATh<<	-2,00	-1,60	-1,20	-0,80	-0,40	4,00	0,40	0,80	1,20	1,60	2,00
4TTh<<	-2,20	-1,76	-1,32	-0,88	-0,44	4,40	0,44	0,88	1,32	1,76	2,20
4STh<<	-2,20	-1,76	-1,32	-0,88	-0,44	4,40	0,44	0,88	1,32	1,76	2,20
4LoTh<<	-2,50	-2,00	-1,50	-1,00	-0,50	5,00	0,50	1,00	1,50	2,00	2,50
4FTh<<	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65
4LzTh<<	-2,65	-2,12	-1,59	-1,06	-0,53	5,30	0,53	1,06	1,59	2,12	2,65

デス・スパイラル

BiDsB	-1,40	-1,12	-0,84	-0,56	-0,28	2,80	0,28	0,56	0,84	1,12	1,40
BiDs1	-1,55	-1,24	-0,93	-0,62	-0,31	3,10	0,31	0,62	0,93	1,24	1,55
BiDs2	-1,70	-1,36	-1,02	-0,68	-0,34	3,40	0,34	0,68	1,02	1,36	1,70
BiDs3	-1,85	-1,48	-1,11	-0,74	-0,37	3,70	0,37	0,74	1,11	1,48	1,85
BiDs4	-2,00	-1,60	-1,20	-0,80	-0,40	4,00	0,40	0,80	1,20	1,60	2,00
FiDsB	-1,30	-1,04	-0,78	-0,52	-0,26	2,60	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
FiDs1	-1,45	-1,16	-0,87	-0,58	-0,29	2,90	0,29	0,58	0,87	1,16	1,45
FiDs2	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
FiDs3	-1,75	-1,40	-1,05	-0,70	-0,35	3,50	0,35	0,70	1,05	1,40	1,75
FiDs4	-1,90	-1,52	-1,14	-0,76	-0,38	3,80	0,38	0,76	1,14	1,52	1,90
BoDsB	-1,60	-1,28	-0,96	-0,64	-0,32	3,20	0,32	0,64	0,96	1,28	1,60
BoDs1	-1,80	-1,44	-1,08	-0,72	-0,36	3,60	0,36	0,72	1,08	1,44	1,80
BoDs2	-2,00	-1,60	-1,20	-0,80	-0,40	4,00	0,40	0,80	1,20	1,60	2,00
BoDs3	-2,20	-1,76	-1,32	-0,88	-0,44	4,40	0,44	0,88	1,32	1,76	2,20
BoDs4	-2,40	-1,92	-1,44	-0,96	-0,48	4,80	0,48	0,96	1,44	1,92	2,40

	-5	-4	-3	-2	-1	BASE	1	2	3	4	5
	50%	40%	30%	20%	10%		10%	20%	30%	40%	50%
FoDsB	-1,75	-1,40	-1,05	-0,70	-0,35	3,50	0,35	0,70	1,05	1,40	1,75
FoDs1	-1,95	-1,56	-1,17	-0,78	-0,39	3,90	0,39	0,78	1,17	1,56	1,95
FoDs2	-2,15	-1,72	-1,29	-0,86	-0,43	4,30	0,43	0,86	1,29	1,72	2,15
FoDs3	-2,35	-1,88	-1,41	-0,94	-0,47	4,70	0,47	0,94	1,41	1,88	2,35
FoDs4	-2,55	-2,04	-1,53	-1,02	-0,51	5,10	0,51	1,02	1,53	2,04	2,55

ピボット・フィギュア

PiF1	-1,10	-0,88	-0,66	-0,44	-0,22	2,20	0,22	0,44	0,66	0,88	1,10
------	-------	-------	-------	-------	-------	-------------	------	------	------	------	------

ペア・スピン

PSpB	-0,85	-0,68	-0,51	-0,34	-0,17	1,70	0,17	0,34	0,51	0,68	0,85
PSp1	-1,00	-0,80	-0,60	-0,40	-0,20	2,00	0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
PSp2	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
PSp3	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
PSp4	-1,75	-1,40	-1,05	-0,70	-0,35	3,50	0,35	0,70	1,05	1,40	1,75

ペア・スピン・コンビネーション

PCoSpB	-1,25	-1,00	-0,75	-0,50	-0,25	2,50	0,25	0,50	0,75	1,00	1,25
PCoSp1	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
PCoSp2	-1,75	-1,40	-1,05	-0,70	-0,35	3,50	0,35	0,70	1,05	1,40	1,75
PCoSp3	-2,00	-1,60	-1,20	-0,80	-0,40	4,00	0,40	0,80	1,20	1,60	2,00
PCoSp4	-2,25	-1,80	-1,35	-0,90	-0,45	4,50	0,45	0,90	1,35	1,80	2,25
PCoSpBV	-0,94	-0,75	-0,56	-0,38	-0,19	1,88	0,19	0,38	0,56	0,75	0,94
PCoSp1V	-1,13	-0,90	-0,68	-0,45	-0,23	2,25	0,23	0,45	0,68	0,90	1,13
PCoSp2V	-1,32	-1,05	-0,79	-0,53	-0,26	2,63	0,26	0,53	0,79	1,05	1,32
PCoSp3V	-1,50	-1,20	-0,90	-0,60	-0,30	3,00	0,30	0,60	0,90	1,20	1,50
PCoSp4V	-1,69	-1,35	-1,01	-0,68	-0,34	3,38	0,34	0,68	1,01	1,35	1,69

備考：

- 1) 価値尺度はパーセンテージの原則に基づいている。GOEが上下に変動するごとに、該当要素の点数が基礎値の10%ずつ増減する。
- 2) コレオグラフィック・シーケンスにおいても、GOEの変動に対するパーセンテージの原則は一貫しているが、他の要素よりも（変動の割合が）高い。
- 3) "<", "e", "V"で示される要素については、完全な基礎値からではなく、減点された基礎値よりパーセンテージが考慮される。
- 4) ジャンプ・コンビネーション/ジャンプ・シーケンスにおいては、"<", "e", "V"が考慮された後の最も難しいジャンプの数値にGOEが適用される（例：基礎値4.2の3Tは、基礎値3.92の3Lo<よりも難しいとみなされる）。
- 5) ジャンプの基礎値が70%となる"+REP"には前述4)は関係しない。この場合、"+REP"は実施(された要素)の質には関係しないため、GOEは元の基礎値のパーセンテージに基づき算定される。

6) クイント・ジャンプに関する明確化：

ショート・プログラム：

第611条2項および第3項に基づき、クイント・ジャンプは認められない。

フリー・スケーティング：

第612条2項に基づき、フリー・スケーティングにおいてクイント・ジャンプは単独ジャンプとしてのみ可能であり、ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスの一部としては認められない。

フリー・スケーティングにおけるクイント・ジャンプのくり返し：

すべてのトリプル、クワドダブルおよびクイント・ジャンプのうち、2種類のみを2回行うことができる。2回のくり返しのうち、1種類のみクワドダブルまたはクイント・ジャンプが可能である。（くり返して実施した）ジャンプの両方が単独ジャンプの場合、単独ジャンプの2つ目については価値尺度を70%に減じた数値が与えられる。同じ名称のトリプル、クワドダブルおよびクイント・ジャンプは異なる種類のジャンプとみなされる。いかなるトリプル、クワドダブルおよびクイント・ジャンプも2回を超えて試みてはならない。

凡例：

- b - トリプル・ジャンプに対する加点。シングル・スケーティングにおけるアドバンスド・ノービスのみに適用
- q - 1/4回転不足で着氷したジャンプ
- < - 回転不足判定のジャンプ
- << - ダウングレード判定のジャンプ/ダウングレード判定のツイスト・リフト
- ! - 不明確なエッジ
- e - 間違ったエッジ
- V - スピンの価値の減少