

FOOTWORK・BODY CONTROL

F1 クロスオーバーステップ

Cross over step



JBAテキスト3巻
1

F2 オンサイドステップ

On side step



JBAテキスト3巻
2

F3 ジャンプストップ

Jump stop



JBAテキスト3巻
3

F4 クイックストップ

Quick stop



JBAテキスト3巻
5

F5 ストライドストップ

Stride stop



JBAテキスト3巻
4

F6 ランジスキル

Range



F7 スプリットスタンス

Split stance



F8 ピボット

Pivoting



JBAテキスト3巻
6

F9 チェンジオブディレクション

Changing of direction



JBAテキスト3巻
7

F10 Vカット

V-Cut



JBAテキスト3巻
8

F11 バックドアカット

Back door cut



JBAテキスト3巻
9

F12 ウィークサイドカット

Weak side cut



JBAテキスト3巻
15

F13 ギブ&ゴーカット

Give & go cut



JBAテキスト3巻
16

F14 トリプルスレット

Tripple threat



JBAテキスト3巻
18

F15 Lカット

L-Cut



JBAテキスト3巻
10

F16 ウィングドロップステップ

Wing drop step



JBAテキスト3巻
12

F17 フレアカット

Flair cut



JBAテキスト3巻
17

F18 ジャンプペネトレーション

Jump penetration



JBAテキスト3巻
19

F19 シーリング

Sealing



JBAテキスト3巻
11
JBAテキスト5巻
3

F20 ホイールステップ

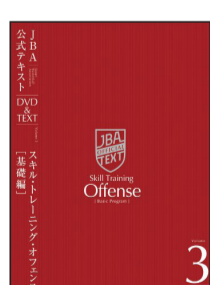
Wheel step



JBAテキスト3巻
13

F21 ポストアップ

Post up



JBAテキスト3巻
14

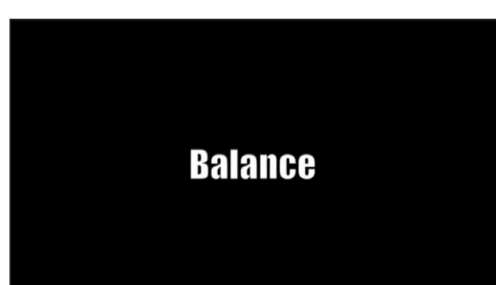
F22 スイムとリップ

Swim & Rip



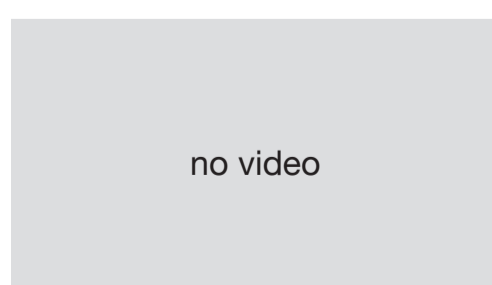
F23 バランス

Balance



F24 直線スピードチェンジ

Change of Pace



F25 方向変換スピードチェンジ

Agility

