

DETAILS OF EACH SPORTS & GRADING CRITERIA FOR
63rd ALL JAPAN SKI TECHNICAL CHAMPIONSHIP
第63回全日本スキー技術選手権大会の種目詳細と観点

March 5 (Thu) ~ 8 (Sun), 2026

2026年3月5日(木)~8日(日)

AKITA TAZAWAKO

SNOW RESORT

秋田県 田沢湖スキー場

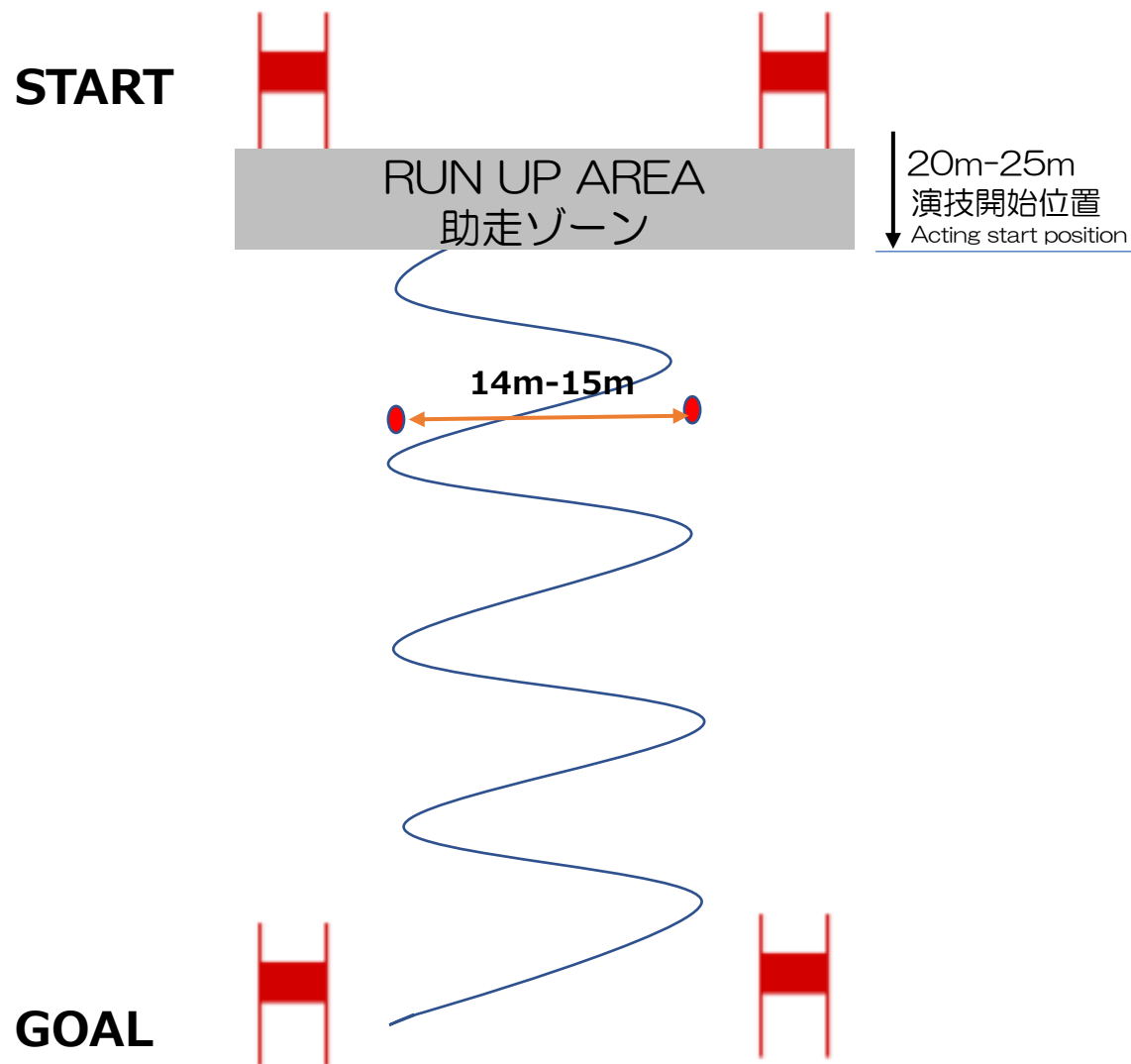
Ski Association of Japan



JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE, 4-2 KASUMIGAOKA-MACHI, SHINJUKU-KU, Tokyo 160-0013
TEL: +81-3-5843-1525 FAX: +81-3-5843-1524 E-mail: int@ski-japan.or.jp

DAY 1 : QUALIFIER

Long-turn / Space Regulation (ロングターン)



【 COURT 】

黒森山A/KUROMORIYAMA A

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in

【ターンサイズの目安/Turn size】

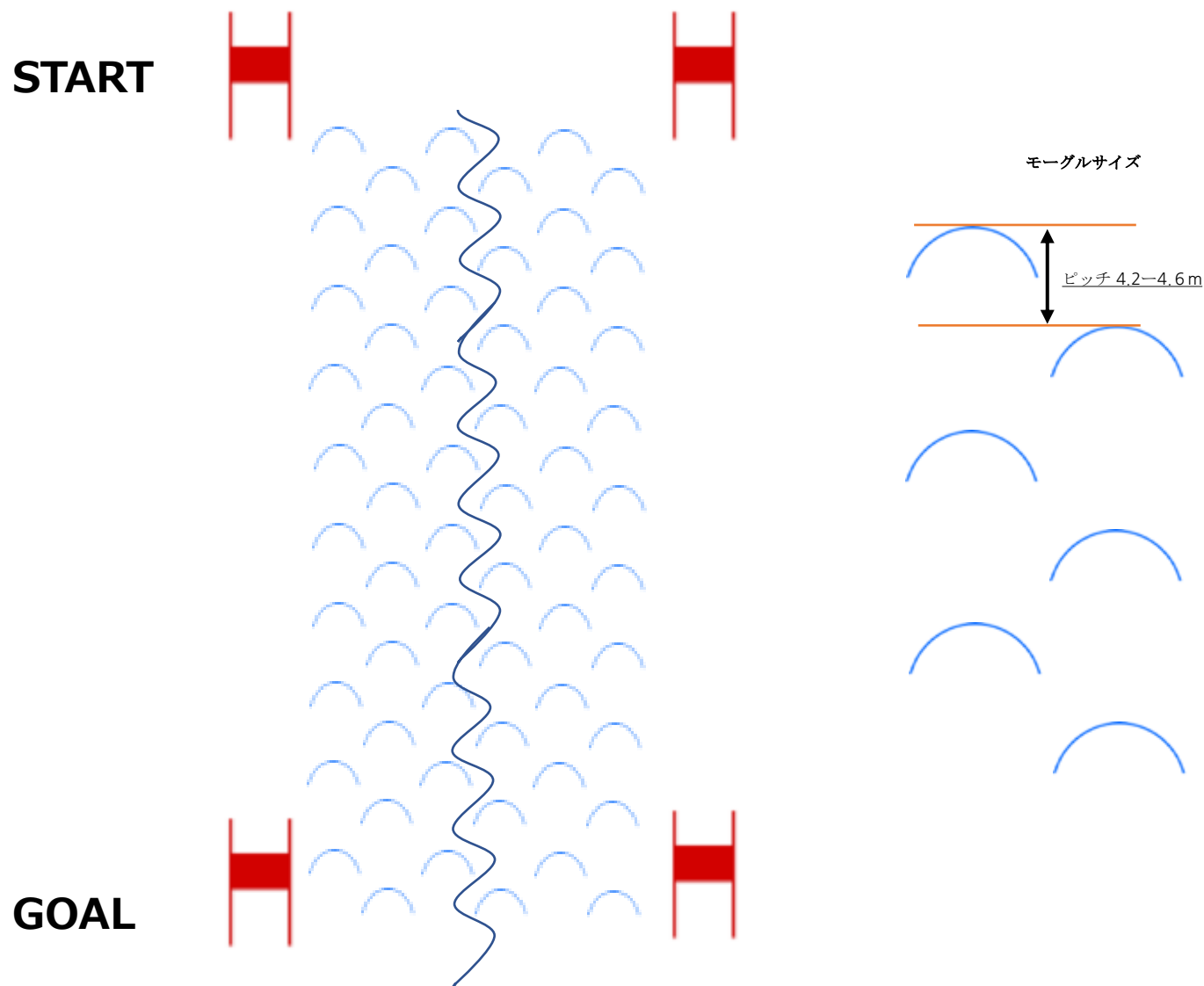
- ・幅/Width: 約/approximately 14m-15m
- ・ターン/Turn: 約/approximately 6-8

※助走ゾーンを過ぎてから演技開始/

The performance begins after passing the run-up zone

DAY 1: QUALIFIER

Short turn/Mogul (ショートターン不整地)



【 COURT 】

ユートピア/Utopia

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in

【留意点】

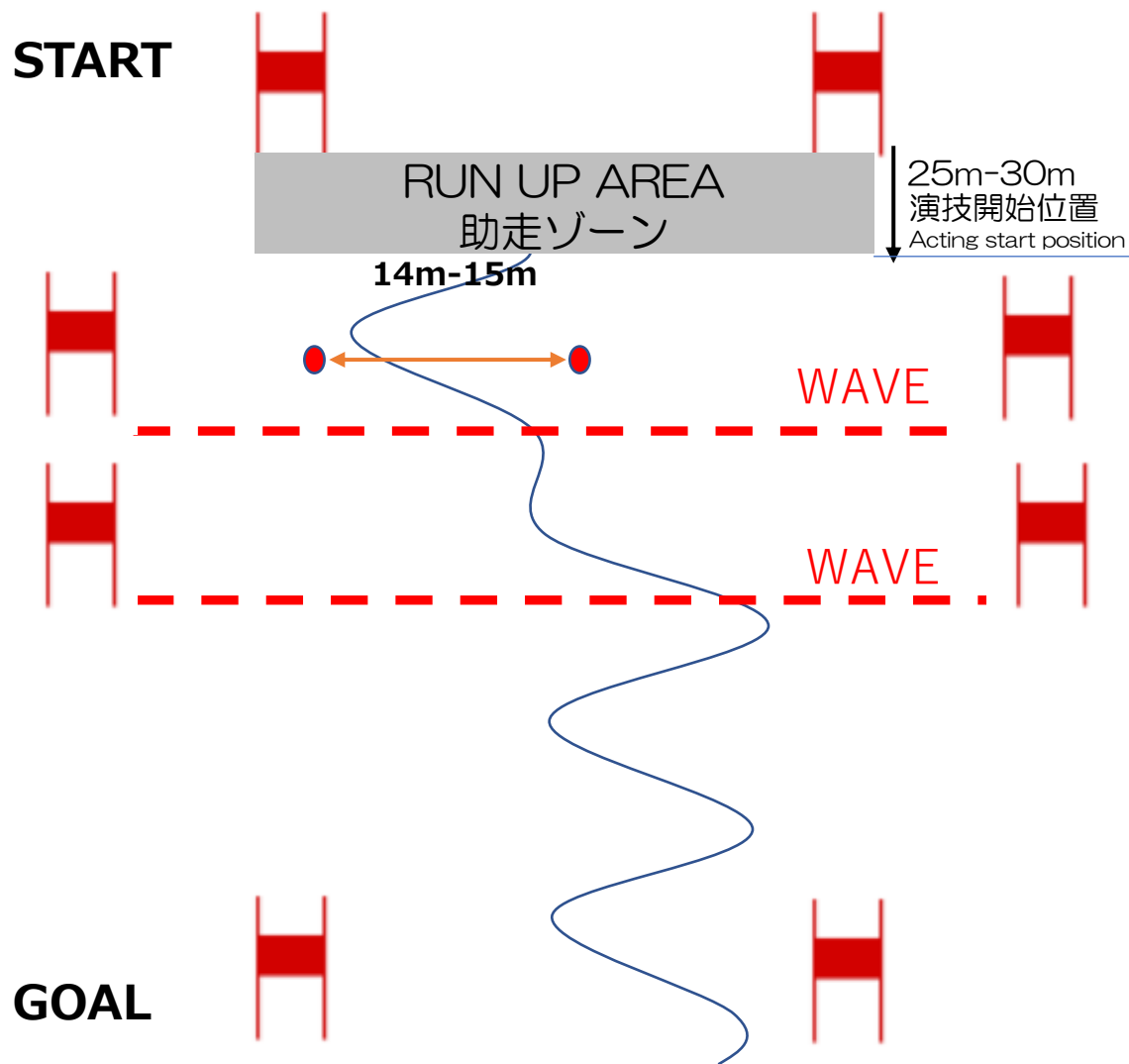
- ・切り替え時のポジショニングの影響を検討 (雪面コンタクト) / Positioning on switching turn and contact mogul surface.

【ターンサイズの目安/Turn size】

- ・コブのピッチ/Mogul size: 約4.2-4.6 m (人工的に作成)
- ・ターン数の目安/Turn : 20-25ターン

DAY 2: QUALIFIER

Free Long-turn / Wave (フリー・ウェーブ)



【 COURT 】

国体/KOKUTAI

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in
- ・リズム変化への対応
Responding to rhythm changes
- ・ウェーブへの対応
Responding to waves

【ターンサイズの目安/Turn size】

- ・幅/Width: approximately 14m-15m

※助走ゾーンを過ぎてから演技開始/

The performance begins after passing the run-up zone

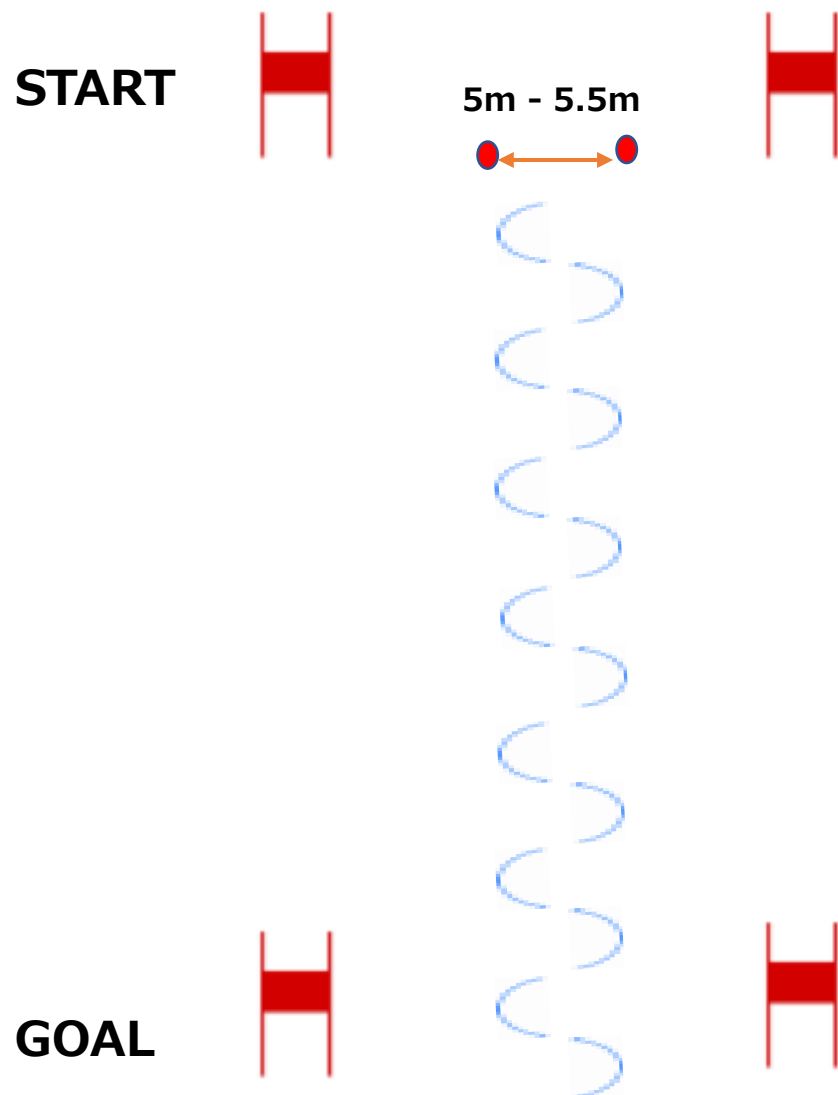
ウェーブ/WAVE: 2

Ski Association of Japan



DAY 2: QUALIFIER

Short-turn / Space Regulation (ショートターン)



【 COURT 】

黒森山A/KUROMORIYAMA A

【 ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

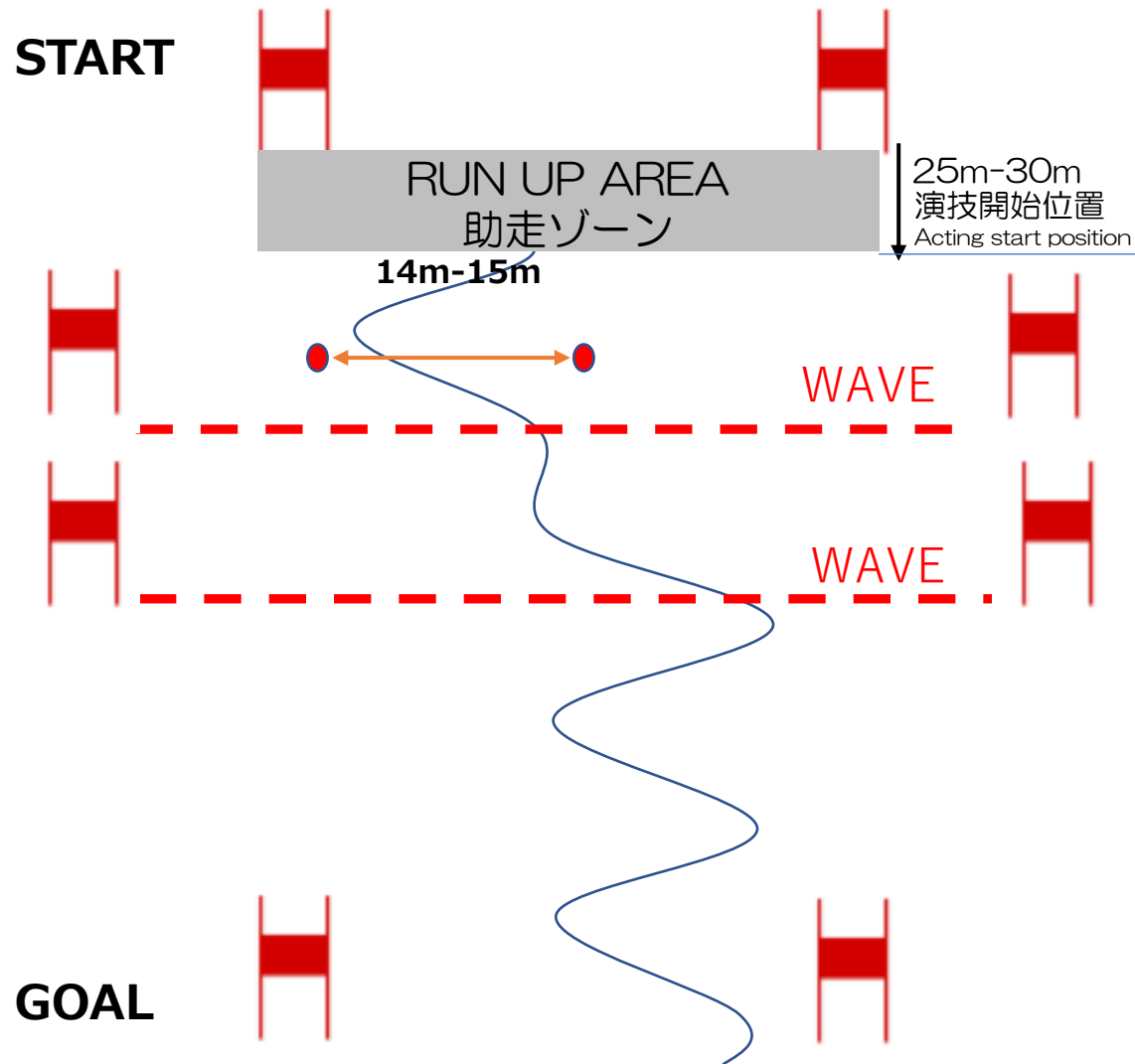
- 基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in

【 ターンサイズを目安/Turn size 】

- 横幅/Width approximately 5m-5.5m
- ターン/Turn approximately 14-18

DAY3:FINAL 1

Free Long-turn / Wave (フリー・ウェーブ)



【 COURT 】

国体/KOKUTAI

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in
- ・リズム変化への対応
Responding to rhythm changes
- ・ウェーブへの対応
Responding to waves

【ターンサイズの目安/Turn size】

- ・幅/Width: approximately 14m-15m

※助走ゾーンを過ぎてから演技開始/

The performance begins after passing the run-up zone

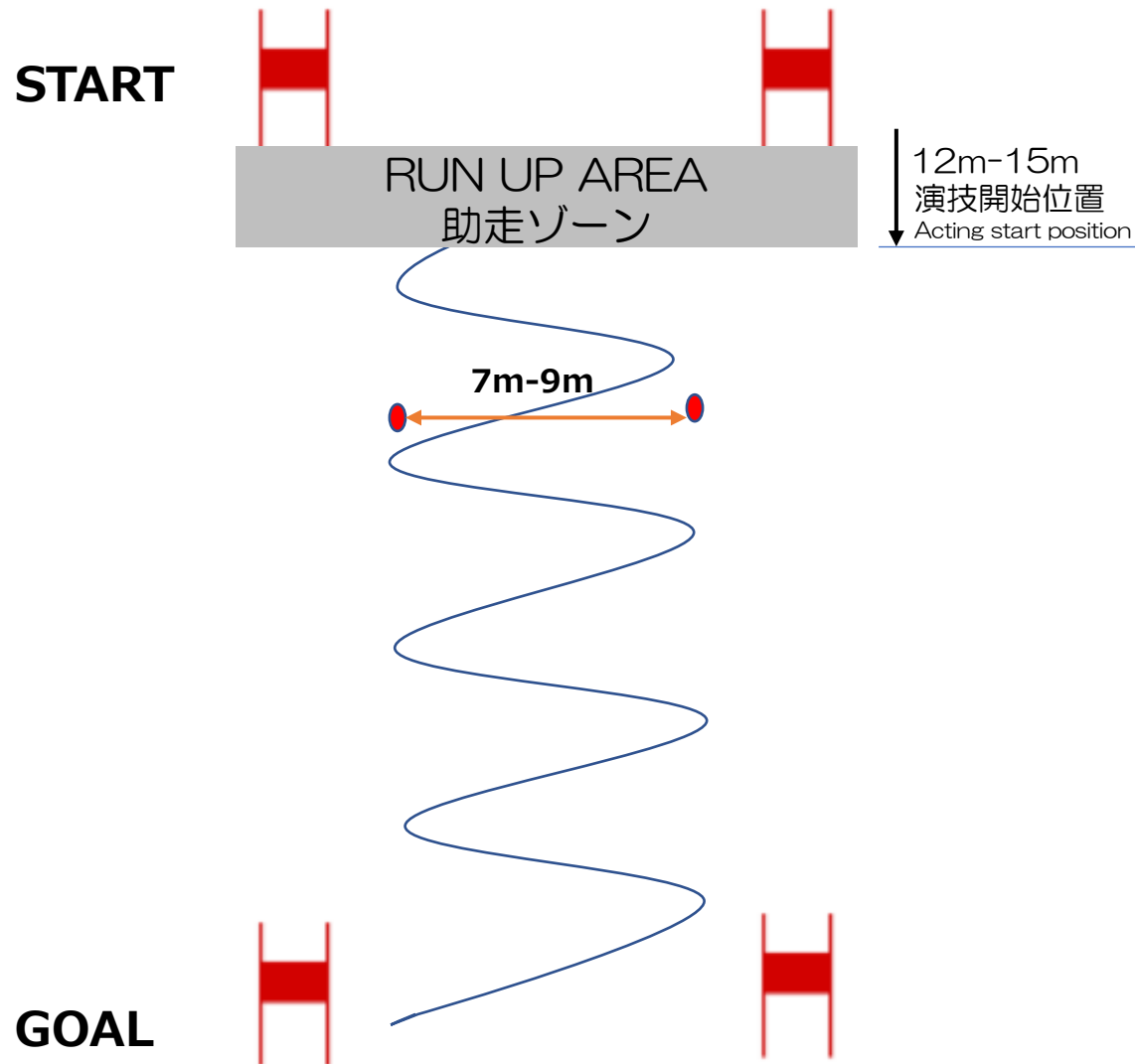
ウェーブ/WAVE:2

Ski Association of Japan



DAY3:FINAL 2

Middle turn /Space Regulation(ミドルターン):マテリアル規制/ Material Regulation



【 COURT 】

黒森山A/KUROMORIYAMA A

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in

【ターンサイズ目安/Turn size】

- ・横幅/Width: 約/approximately 7m-9m
- ・ターン/TURN: 約/approximately 11-15Turn

【マテリアル規制/ Material Regulation 】

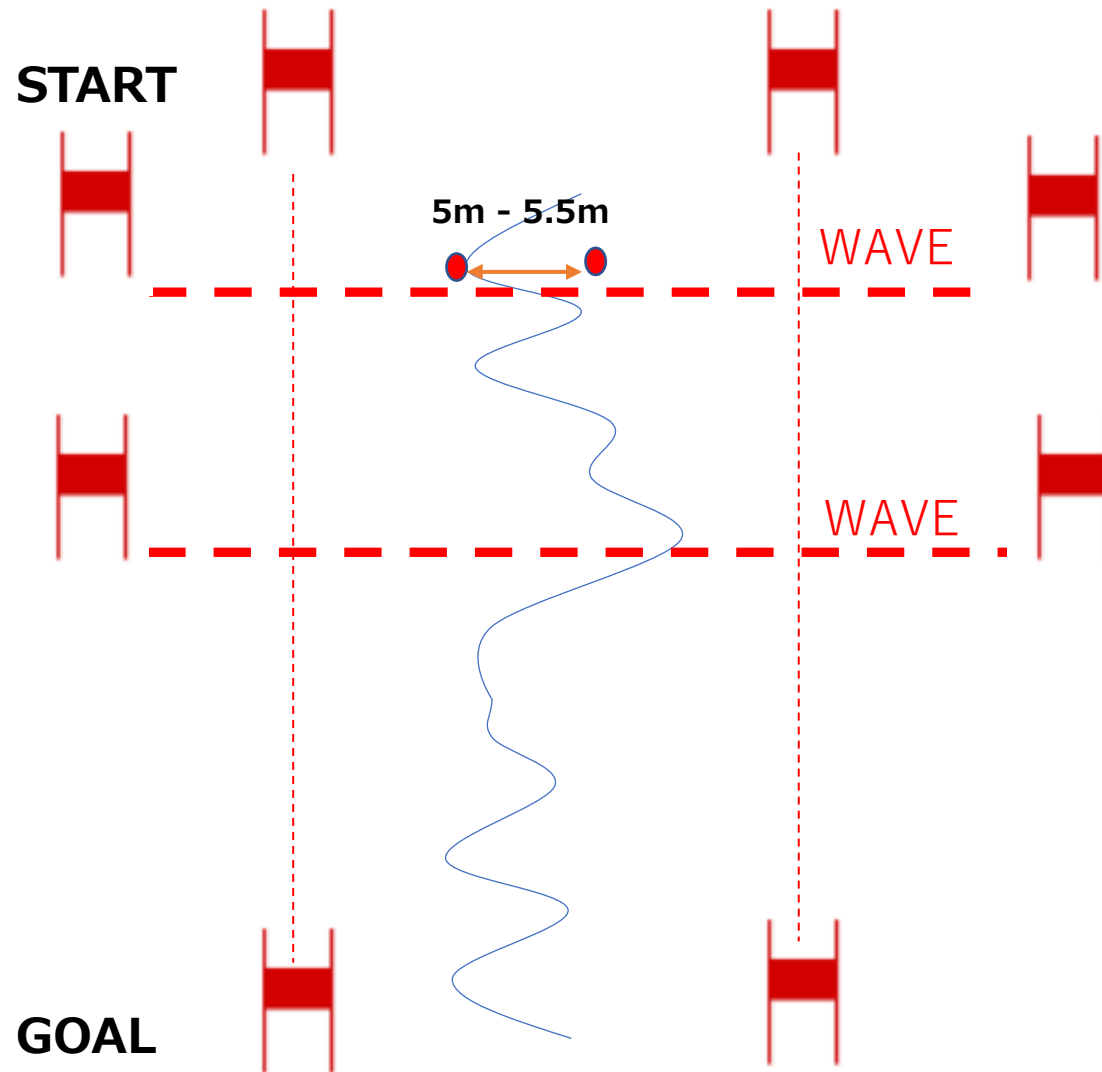
- ・小回り用の板を使用/Short turn Ski

※助走ゾーンを過ぎてから演技開始/

The performance begins after passing the run-up zone

DAY3:FINAL 3

Free Short-turn change Rhythm on wave (ショートターン リズム変化・ウェーブ)



【COURT】

国体/KOKUTAI

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in
- ・リズム変化への対応
Responding to rhythm changes
- ・ウェーブへの対応
Responding to waves

【ターンサイズの目安/Turn size】

- ・通常小回り時の横幅/Short turn width:
約/approximately 5m-5.5m
- ・ターン数/Turn :
約/approximately 19-22ターン/turn

【留意点/Point】

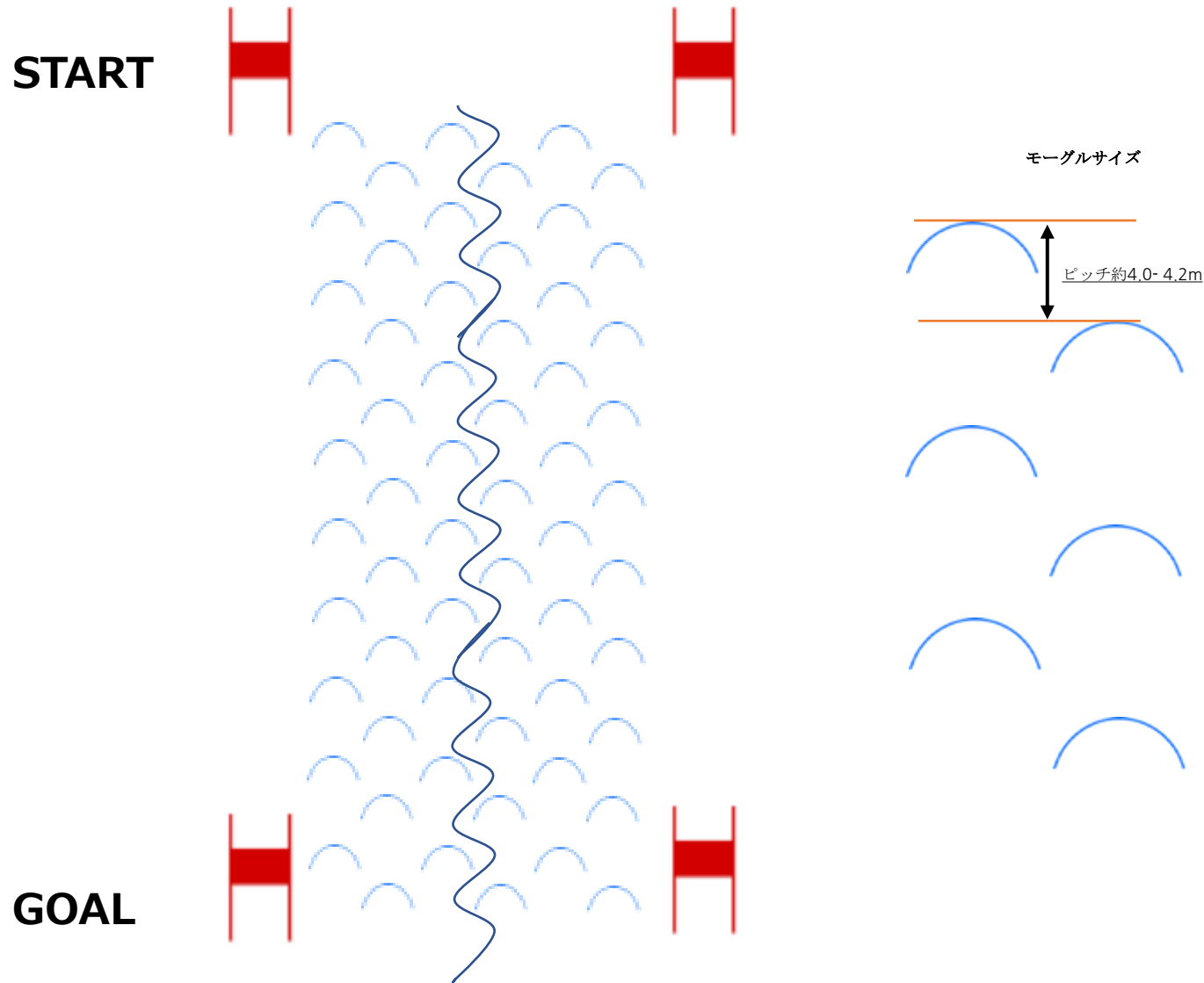
- ・アルペン競技のSLをイメージ
Image of SL alpine race

Ski Association of Japan



DAY3:FINAL 4

Short turn/Mogul (ショートターン不整地)



【 COURT 】

黒森山B/KUROMORIYAMA B

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in

【留意点】

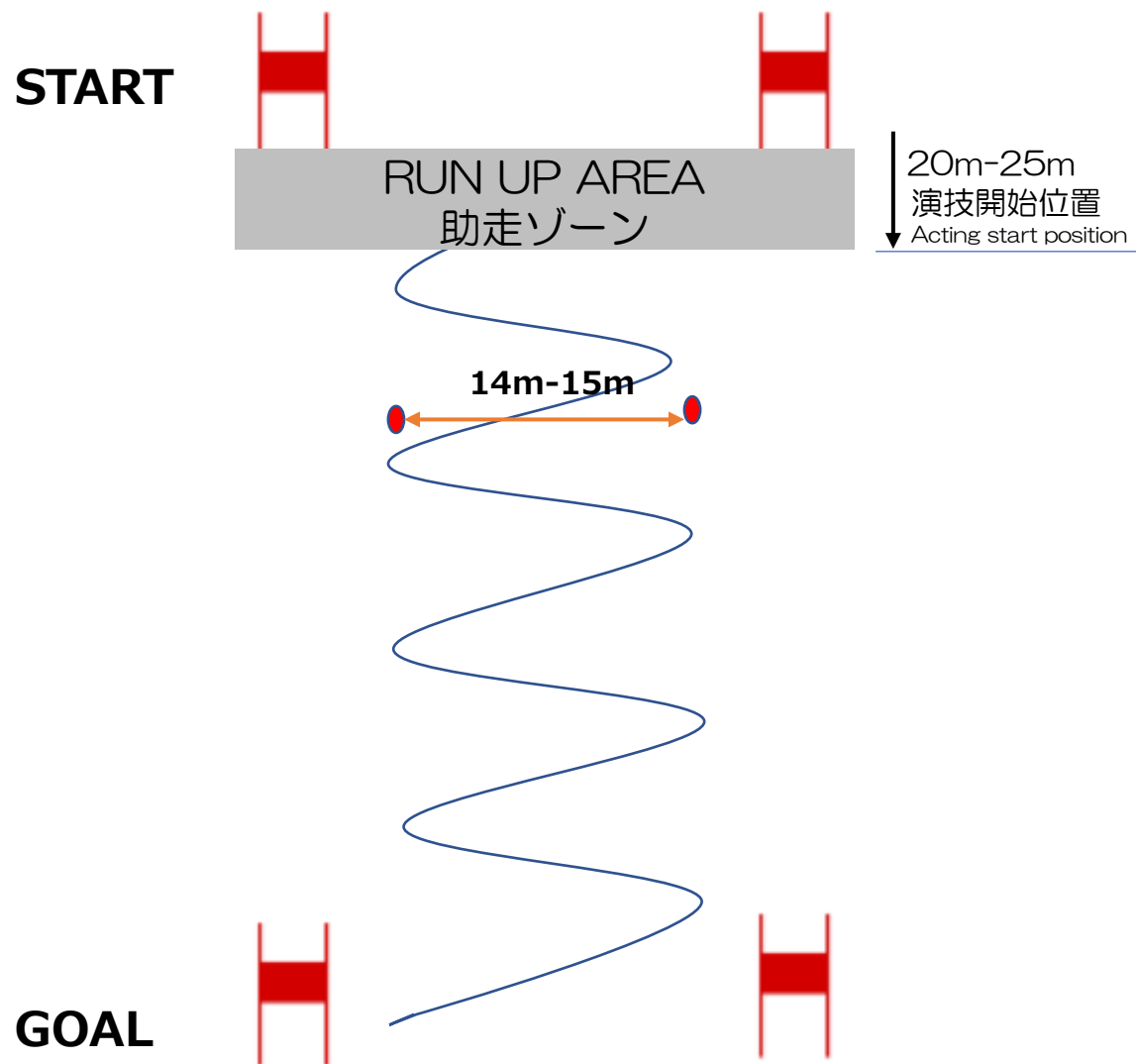
- ・切り替え時のポジショニングの影響を検討 (雪面コンタクト)

【ターンサイズを目安/Turn size】

- ・コブのピッチ/Mogul size: 約4.0-4.2m (人工的に作成)
- ・ターン数の目安/Turn : 30-40ターン

DAY4: SUPER FINAL 1

Long-turn /Space Regulation (ロングターン)



【 COURT 】

黒森山A/KUROMORIYAMA A

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in

【ターンサイズの目安/Turn size】

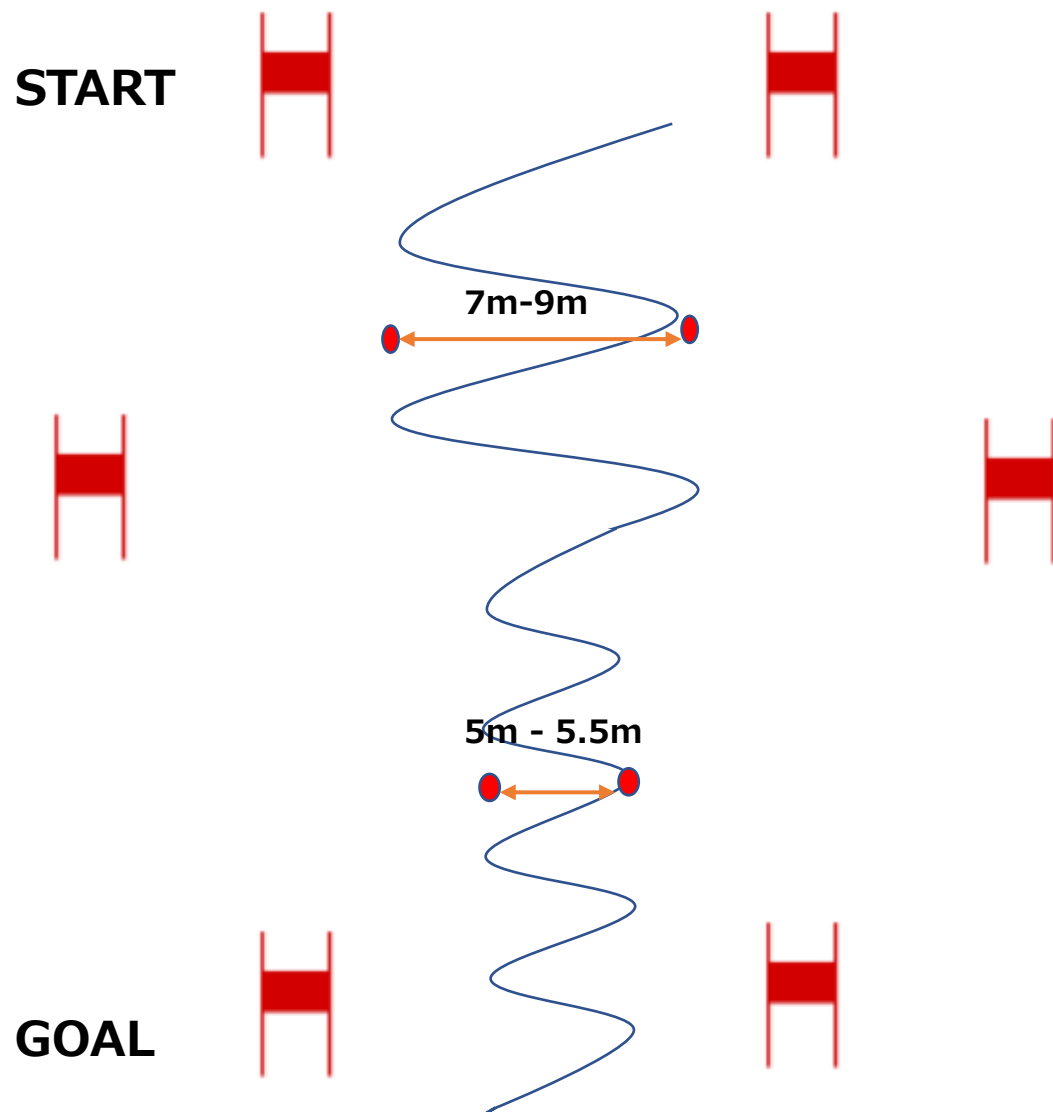
- ・横幅/Width: 約/approximately 14m-15m
- ・ターン/TURN: 約/approximately 7-9ターン

※助走ゾーンを過ぎてから演技開始/

The performance begins after passing the run-up zone

DAY4: SUPER FINAL 2

Middle-Short turn /Space Regulation (ミドルターン～ショートターン)



【 COURT 】

黒森山A/KUROMORIYAMA A

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in
- ・リズム変化への対応
Responding to rhythm changes

【ターンサイズの目安/Turn size】

横幅/Width

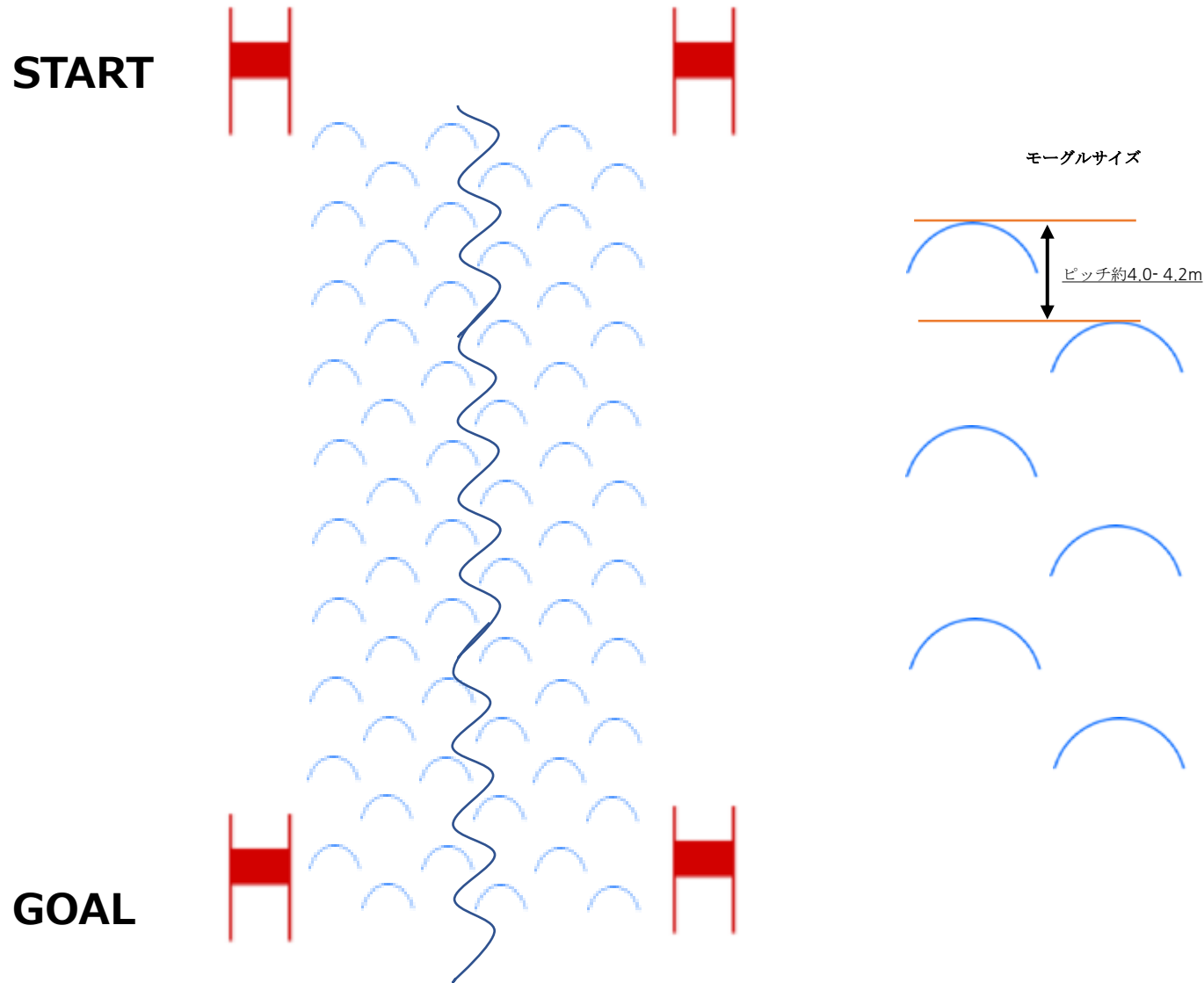
- ・ミドルターン/Middle turn :
約/ approximately 7m-9m
- ・ショートターン/Short turn :
約/ approximately 5m-5.5m

Ski Association of Japan



DAY4: SUPER FINAL 3

Short turn/Mogul (ショートターン不整地)



【 COURT 】

黒森山B/KUROMORIYAMA B

【ジャッジの観点/ Judge's perspective 】

- ・基本動作 (ポジショニング, エッジング, 荷重動作)
Basic movement (positioning, edging, loading movement)
- ・スムーズな切り替え動作
Smooth switching Turn
- ・ターン前半の捉えの早さ
Quick gripping on turn in

【留意点】

- ・切り替え時のポジショニングの影響を検討 (雪面コンタクト)

【ターンサイズを目安/Turn size】

- ・コブのピッチ/Mogul size: 約4.0-4.2m (人工的に作成)
- ・ターン数の目安/Turn : 35-45ターン

GOAL

Ski Association of Japan

