



澳門大學
UNIVERSIDADE DE MACAU
UNIVERSITY OF MACAU

武術測試內容(男子及女子)

1. 基本功

- 腿法 (左右正踢 4 次，左右側踢 4 次，左右外擺與裡合 4 次，左右單拍腳 4 次，左右擺蓮拍腳 4 次。)
- 協調性 (左右彈腿沖拳 4 次)。
- 平衡性 (燕式與探海平衡各 2 次)

2. 難度動作

1. 跳躍 (騰空雙飛腳 2 次，騰空擺蓮 2 次)
2. 太極動作/南拳動作/長拳動作(三選一)

3. 套路演練

- 1) 拳 (1 分鐘)
- 2) 械 (1 分鐘)