



澳門大學  
UNIVERSIDADE DE MACAU  
UNIVERSITY OF MACAU

## 龍舟測試內容 (男子及女子)

- 龍舟機 200 米測試
  
- 基本體能 (每項時間為一分鐘)
  - 俯臥撐
  - 背拉力
  - 引體向上