



澳門大學
UNIVERSIDADE DE MACAU
UNIVERSITY OF MACAU

击剑测试内容(男子及女子)

自主热身 (15分钟)

体能项目 (30分钟)

- 项目1：30秒双飞跳绳
- 项目2：立定跳远
- 项目3：30秒波比跳
- 项目4：折返跑

技术项目 (10分钟)

- 项目1：自主步法训练 (3分钟)
- 项目2：步法距离测试 (3分钟)

实战项目 (30分钟)

- 项目1：5分条件实战
- 项目2：15分条件实战
- 项目3：决一剑
- 项目4：指定条件实战

注：

运动员应自行准备测试所需之击剑器材

测试期间谢绝家长、亲属或非工作人员进场观看测试及拍摄