



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