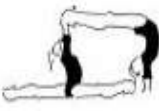
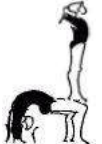
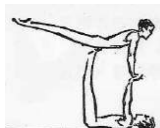
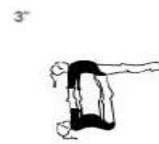
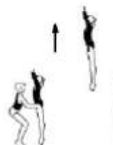
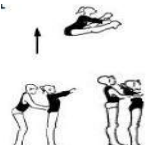
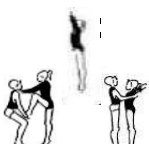
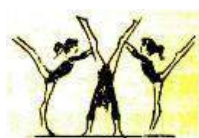
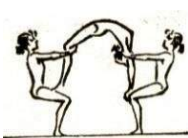
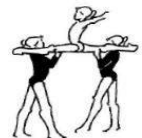
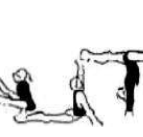
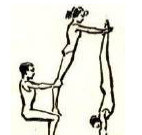
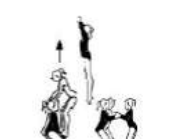


本地賽1級 (6-12歲)			平衡動作 (24-25年度)			四人項目		
ROW I							每列最少揀選一個 (其中一列可揀選兩個) 合共5個專項	
BOX	A	B	C					
VALUE	-	1	2					
ROW II								平衡動作需靜止3秒
BOX	A	B	C	D				
VALUE	1	1	1	2				
ROW III								
BOX	A	B	C					
VALUE	1	1	2					
ROW IV								
BOX	A	B	C	D	E	F		
VALUE	1	1	1	1	2	2		

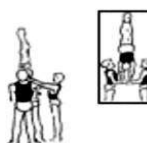
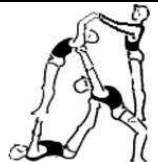
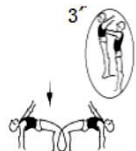
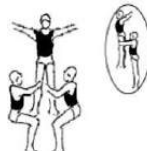
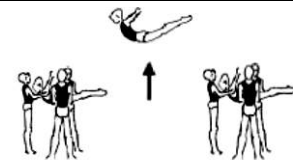
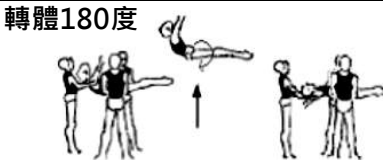
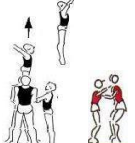
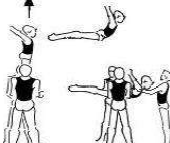
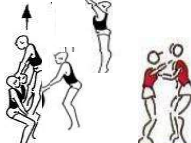
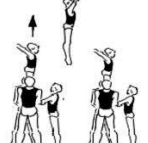
本地賽2級 (6-14歲)		平衡及動力動作 (24-25年度)				雙人項目	
ROW I							每列只可挑選一個專項
BOX	A	B	C	D			
VALUE	-	1	1	2			
ROW II							平衡動作需靜止3秒
BOX	A	B	C	D			
VALUE	1	1	2	3			
ROW III							ROW I - IV 為平衡動作
BOX	A	B	C	D	E		
VALUE	-	1	1	1	2		
ROW IV							
BOX	A	B	C	D			
VALUE	-	1	2	2			
ROW V							ROW V - VI 為動力動作
BOX	A	B	C	D			
VALUE	-	1	1	2			
ROW VI							
BOX	A	B	C				
VALUE	1	2	2				

本地賽2級 (6-14歲)			平衡及動力動作 (24-25年度)			三人項目			
ROW I						ROW I - IV 為平衡動作	每列只可挑選一個專項		
BOX	A	B	C				平衡動作需靜止3秒		
VALUE	-	1	2						
ROW II									
BOX	A	B	C	D					
VALUE	1	1	2	2					
ROW III									
BOX	A	B	C	D					
VALUE	-	1	1	2					
ROW IV									
BOX	A	B	C	D					
VALUE	-	1	1	2					
ROW V							ROW V - VI 為動力動作		
BOX	A	B	C	D					
VALUE	-	1	1	1					
ROW VI	轉體180度 								
BOX	A	B	C						
VALUE	-	1	2						

本地賽2級 (6-14歲)

平衡及動力動作 (24-25年度)

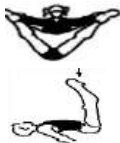
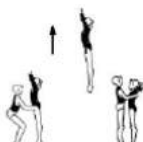
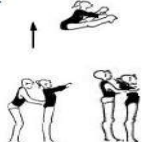
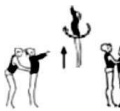
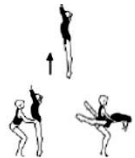
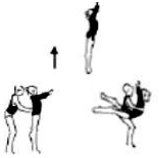
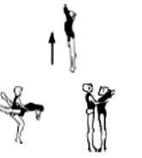
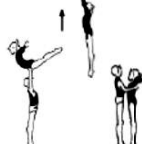
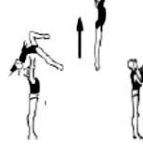
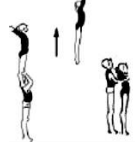
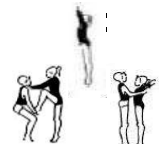
四人項目

ROW I						ROW I - IV 為平衡動作	每列只可揀 選一個專項
BOX	A	B	C				
VALUE	-	1	2				
ROW II							平衡動作需 靜止3秒
BOX	A	B	C	D			
VALUE	-	1	2	2			
ROW III							
BOX	A	B	C	D			
VALUE	1	1	1	2			
ROW IV							
BOX	A	B	C				
VALUE	1	1	2				
ROW V			 轉體180度			ROW V - VI 為動力動作	
BOX	A	B	C				
VALUE	-	1	2				
ROW VI							
BOX	A	B	C	D			
VALUE	1	1	2	2			

本地賽3級 (8-14歲)

平衡及動力動作 (24-25年度)

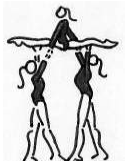
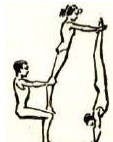
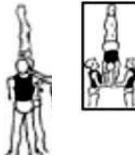
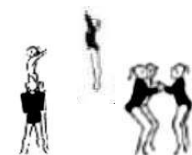
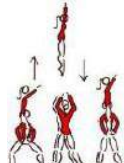
雙人項目

ROW I							ROW I - III 為平衡動作	每列只可揀 選一個專項	
BOX	A	B	C	D	E	F			
VALUE	-	1	1	1	2	2			
ROW II								平衡動作需 靜止3秒	
BOX	A	B	C	D	E				
VALUE	-	2	2	2	2				
ROW III									
BOX	A	B	C	D	E				
VALUE	-	-	1	1	1				
ROW IV								ROW IV - VI 為動力動作	
BOX	A	B	C	D	E				
VALUE	-	-	1	1	1				
ROW V	轉體180度 	轉體180度 							
BOX	A	B	C	D	E	F			
VALUE	-	-	1	1	2	2			
ROW VI					轉體180度 				
BOX	A	B	C	D	E				
VALUE	-	-	1	1	2				

本地賽3級 (8-14歲)

平衡及動力動作 (24-25年度)

三人項目

ROW I							ROW I - III 為平衡動作	每列只可揀 選一個專項
BOX	A	B	C	D	E	F		
VALUE	-	-	1	2	2	3		
ROW II							平衡動作需 靜止3秒	
BOX	A	B	C	D				
VALUE	-	1	1	2				
ROW III							ROW IV - VI 為動力動作	
BOX	A	B	C	D	E	F		
VALUE	-	-	1	2	3	3		
ROW IV				 轉體360度				
BOX	A	B	C	D				
VALUE	-	-	1	2				
ROW V			 內轉					
BOX	A	B	C					
VALUE	-	-	1					
ROW VI	 轉體180度				 向前1/4			
BOX	A	B	C	D	E	F		
VALUE	-	1	1	1	1	2		

本地賽3級 (8-14歲)

平衡及動力動作 (24-25年度)

四人項目

ROW I							ROW I - III 為平衡動作	每列只可揀 選一個專項
BOX	A	B	C	D	E			
VALUE	-	-	1	1	2			
ROW II								平衡動作需 靜止3秒
BOX	A	B	C	D				
VALUE	-	-	1	1				
ROW III								
BOX	A	B	C	D				
VALUE	1	1	1	2				
ROW IV							ROW IV - VI 為動力動作	
BOX	A	B	C	D	E			
VALUE	1	1	1	1	2			
ROW V								
BOX	A	B		C				
VALUE	-	1		1				
ROW VI								
BOX	A		B		C			
VALUE	-		1		2			

本地賽1-3級		單人動作 (24-25年度)			每類只可揀選一個動作，同隊伍之運動員可揀選不同動作			
平衡類 BALANCE	直腳平衡	燕式平衡	側搬腿平衡	肩胛倒立	胸倒立	頭手倒立	手倒立	浮撐
CODE	Bal 1	Bal 2	Bal 3	Bal 4	Bal 5	Bal 6	Bal 7	Bal 8
平衡類 BALANCE	肘水平	慢起提倒立	浮撐慢起提倒立					平衡類 單人動作 需靜止2秒
CODE	Bal 9	Bal 10	Bal 11					
柔韌類 FLEXIBILITY		分腿180°向前	一字馬	拱橋	單腳拱橋	側手翻成一字馬	倒立成一字馬	跳轉180成一字馬
CODE	Flex 1	Flex 2	Flex3	Flex 4	Flex 5	Flex 6	Flex 7	Flex 8
柔韌類 FLEXIBILITY	前軟翻	後軟翻	坐地後軟翻					柔韌類 單人動作 1-5 需靜止2秒
CODE	Flex 9	Flex 10	Flex 11					
靈巧類 AGILITY	前/後滾翻	側手翻	倒立前滾翻	後滾成倒立	連續兩次側手翻		前翻360	魚躍前滾翻
CODE	Agility 1/2	Agility 3	Agility 4	Agility 5	Agility 6		Agility 7	Agility 8
靈巧類 AGILITY	內轉側手翻	側空翻	前手翻依次/並腿	後手翻企/跪地	團/屈/直體前空翻	前空翻180/360度	團/屈/直體後空翻	後空翻180/360度
CODE	Agility 9	Agility 10	Agility 11/12	Agility 13/14	Agility 15/16/17	Agility 18/19	Agility 20/21/22	Agility 23/24

本地賽4級 (8-16歲)		平衡動作 (24-25年度)					女子雙人	
ROW I								每列只可揀選一個事項
BOX	A	B	C	D	E	F		
VALUE	-	1	1	1	1	2		
ROW II								平衡動作需靜止3秒
BOX	A	B	C		D	E		
VALUE	-	1	1		2	2		
ROW III								自選動作 兩個 難度值 最低為1 最高為9
BOX	A	B	C	D	E	F	G	
VALUE	-	-	1	2	2	3	3	
ROW IV								
BOX	A	B	C	D	E			
VALUE	-	1	2	2	2			

本地賽4級 (8-16歲)		動力動作 (24-25年度)			女子雙人	
ROW I						每列只可揀選一個專項
BOX	A	B	C			
VALUE	-	1	2			
ROW II	BACK 1/4 	BACK 4/4 	BACK 4/4 		BACK 4/4 	所有落法 必須 由下面人支撐
BOX	A	B	C	D		
VALUE	1	2	2	3		
ROW III	FRONT 1/4 	FRONT 2/4 	180° BACK 1/4 	FRONT 3/4 		自選動作 兩個 難度值 最低為1 最高為14
BOX	A	B	C	D		
VALUE	-	-	1	3		
ROW IV	BACK 4/4 	BACK 4/4 	BACK 4/4 			
BOX	A	B	C			
VALUE	2	2	3			

本地賽4級 (8-16歲)		平衡動作 (24-25年度)				男子雙人		
ROW I								每列只可挑選一個專項
BOX	A	B	C	D				
VALUE	-	1	1	2				
ROW II								所有 平衡動作 需靜止3秒
BOX	A	B	C	D	E	F	G	
VALUE	-	1	1	2	2	2	3	
ROW III								自選動作 兩個 難度值 最低為1 最高為9
BOX	A	B	C	D	E			
VALUE	-	1	2	2	3			
ROW IV								
BOX	A	B	C	D	E			
VALUE	-	1	2	3	3			

本地賽4級 (8-16歲)		動力動作 (24-25年度)				男子雙人	
ROW I							每列只可揀選一個事項
BOX	A	B	C	D	E		
VALUE	1	1	1	2	2		
ROW II							所有落法 必須 由下面人支 撐
BOX	A	B	C	D			
VALUE	1	1	1	2			
ROW III							自選動作 兩個 難度值 最低為1 最高為14
BOX	A	B	C	D			
VALUE	-	1	2	3			
ROW IV							
BOX	A	B	C	D			
VALUE	-	1	3	3			

本地賽4級 (8-16歲)		平衡動作 (24-25年度)					女子三人	
ROW I								從3列中選擇2列 每列只可揀選一個專項
BOX	A	B	C	D	E	F		
VALUE	-	-	1	1	3	3		
ROW II								平衡動作需靜止3秒
BOX	A	B	C	D	E			
VALUE	1	2	2	3	3			
ROW III								自選動作一個3秒層架 難度值最低為4 最高為16
BOX	A	B	C	D				
VALUE	-	1	2	4				

本地賽4級 (8-16歲)		動力動作 (24-25年度)					女子三人	
ROW I								每列只可揀選一個專項
BOX	A	B	C	D1	D2	E		
VALUE	1	1	1	1	2	3		
ROW II								所有落法必須由下面人支撐
BOX	A	B	C	D				
VALUE	-	1	2	2				
ROW III								自選動作兩個 難度值最低為1 最高為14
BOX	A	B	C	D1				
VALUE	-	2	2	3				
ROW IV								
BOX	A	B	C	D	E			
VALUE	1	1	2	3	4			

本地賽4級 (8-16歲)		平衡動作 (24-25年度)					男子四人		
ROW I									每列只可挑選一個專項並從T1-18選擇上面人動作
BOX	A	B	C	D	E				
VALUE	-	-	-	-	-				
ROW II									平衡動作需靜止3秒
BOX	A	B	C	D		E			
VALUE	1	2	3	5		5			
									自選動作一個3秒層架難度值最低為4最高為16
BOX	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7		
VALUE	-	-	-	-	1	1	1		
									指定專項計分為架子難度值加上面人動作難度值之總和
BOX	T8	T9	T10	T11	T12	T13			
VALUE	1	1	2	2	2	2			
BOX	T14	T15	T16	T17	T18				
VALUE	2	3	3	5	5				

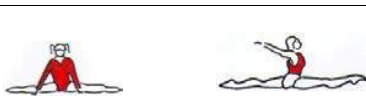
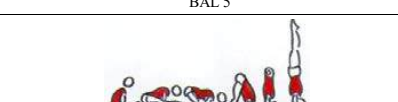
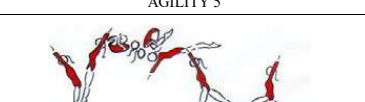
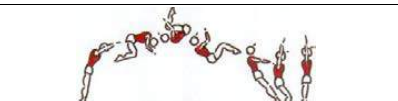
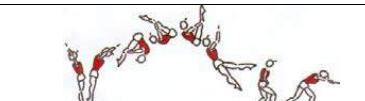
本地賽4級 (8-16歲)		動力動作 (24-25年度)					男子四人	
ROW I							每列只可揀選一個專項	
BOX	A		B	C	D	E		
VALUE	-		-	1	1	3		
ROW II							所有落法必須由下面人支撐	
BOX	A		B		C	D		
VALUE	-		1		2	2		
ROW III							自選動作兩個難度值最低為1最高為9	
BOX	A	B	C			D		
VALUE	-	1	1			2		
ROW IV								
BOX	A			B	C			
VALUE	1			1	3			

本地賽4級 (8-16歲)

單人動作 (24-25年度)

雙人, 三人及四人

每名運動員需從此列表或國際體操聯合會的難度表中選擇3個個人動作 (不須同一單人動作或同一時間進行) 以下為部分動作

FLEXIBILITY 柔韌類	BALANCE 平衡類 (需靜止2秒)	AGILITY 靈巧類
		
FLEX 1	BAL 1	AGILITY 1
		
FLEX 2	BAL 2	AGILITY 2
		
FLEX 3	BAL 3	AGILITY 3
		
FLEX 4	BAL 4	AGILITY 4
		
FLEX 5	BAL 5	AGILITY 5
		
FLEX 6	BAL 6	AGILITY 6
翻騰		
		
DYN 1	DYN 2	DYN 3
		
DYN 4A / 4B	DYN 5	DYN 6