



4	不對稱動作 (右手後大繞環+左手後小繞環), 右腳并步							
5	右手手臂繞環, 接身體後前小繞環							
6	左手手臂繞環, 接身體後前小繞環							
7	右左依次反手接棒							
8	右左依次小拋棒							
9	右手不穩定位置, 向右巴塞轉一圈							
10	棒下落, 右腳踩棒							
11	仰臥右腳高舉, 雙手腳下交叉, 棒繞環一圈							
12	雙手手臂壓棒							
	<b>總得分(合格分數:73 分)</b>							
	<b>證書編號</b>							

## 中國香港體操總會

### 藝術體操章別計劃

教練姓名:	教練簽署:	聯絡電話:
課程編號:	考試地點:	考試日期:
課程完結日期:	備註	

備註 :

1. 合格分數 :73 分 ( 評分準則請參閱「藝術體操章別計劃手冊」)
2. 學員如需到總會領取證書, 請於課程完結後三星期後到本會領取, 為期一年, 逾期不獲補領
3. 初級金、銀、銅章每套\$150.00
4. 申請人請小心核對考生資料, 如證書發出後需要更改, 每張證書需付\$50.00 手續費  
如以支票付款, 抬頭「中國香港體操總會」



11	於腳後地上拉帶拋拋出							
12	拉帶左跳轉 1 圈，右腳踩帶棍完成結束動作							
	總得分(合格分數:73 分)							
	證書編號							

# 中國香港體操總會

## 藝術體操章別計劃

教練姓名:	教練簽署:	聯絡電話:
課程編號:	考試地點:	考試日期:
課程完結日期:	備註	

備註：

1. 合格分數 **:73分** (評分準則請參閱「藝術體操章別計劃手冊」)
5. 學員如需到總會領取證書，請於課程完結後三星期後到本會領取，為期一年，逾期不獲補領
6. 初級金、銀、銅章每套\$150.00
7. 申請人請小心核對考生資料，如證書發出後需要更改，每張證書需付\$50.00 手續費  
如以支票付款，抬頭「中國香港體操總會」



	繞環							
9	後波浪+ 右手背後側左螺形							
10	前阿踢九轉 + 腳下螺形							
11	波浪跪下							
12	仰臥，舉高左腳 + 腳下螺形，俯臥撐 起上身結束							
	<b>總得分(合格分數:73 分)</b>							
	<b>證書編號</b>							

# 中國香港體操總會

## 藝術體操章別計劃

教練姓名:	教練簽署:	聯絡電話:
課程編號:	考試地點:	考試日期:
課程完結日期:	備註	

備註 :

1. 合格分數 :73 分 ( 評分準則請參閱「藝術體操章別計劃手冊」)
8. 學員如需到總會領取證書，請於課程完結後三星期後到本會領取，為期一年，逾期不獲補領
9. 初級金、銀、銅章每套\$150.00
10. 申請人請小心核對考生資料，如證書發出後需要更改，每張證書需付\$50.00 手續費  
如以支票付款，抬頭「中國香港體操總會」