

中國香港體操總會
第一級 - 初級銅章 (2010年)

藝術體操

姓名	第一部份 - 徒手動作 (考生需在 1-5 欄中各選一個動作，另再選四個動作，共九個動作)													第二部份 - 球的單動作 (需在 6-9 欄中各選一個動作，另再選二個動作，共六個動作)							證書 編號							
	1 舞蹈步			2 跳步			3.轉體		4.平衡			5.柔韌			第一 部分 得分 9 分	6.拋接		7.主動 拍球		8.身上 滾動		9.八字		第二 部分 得分 6 分	總 得 分 共 15 分			
	足尖步	小跑步	柔軟步	并步 側并步	跳轉 180°	小貓跳	巴塞 180°	踏轉 360°	巴塞	前側舉腿 30°	阿拉貝斯 30°	手波浪	全身波浪	體前屈		雙手中拋接	單手小拋接	V字拍球	節奏拍球	雙手胸臂滾球		背滾	正雙手 8字			反雙手 8字		
1.																												
2.																												
3.																												
4.																												
5.																												
6.																												
7.																												

教練姓名: _____

教練簽署: _____

聯絡電話: _____

考試日期: _____

考試地點: _____

課程編號: _____

課程完結日期: _____

備註 : _____

備註 :

1. 合格分數 :12 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」

