**器材規格與比賽動作內容**

**【第一站】** 按計時器後→由身體左側跳上→左側跳下→右側跳上→向後跳下→

向前跳上→前跳下等連續實施(必須確實完成四個方位)

 方塊墊長50公分寬50公分高25公分

※幼兒組、戊組、可單腳起跳。

※丁、丙、乙組須雙腳起跳。

-----------------------------------------------------------

**【第二站】** 前滾翻連續2次

海棉墊長240公分寬120公分

-----------------------------------------------------------

**【第三站】** 跑步斜坡上下

斜坡 長210公分寬60公分高60公分共2組

-----------------------------------------------------------

**【第四站】** 跑越海棉包

 海棉包長300公分寬60公分高35公分

-----------------------------------------------------------

**【第五站】** 障礙爬行(以身體不碰觸架網爬行，腰部需超越架網才可站起)

障礙網長300公分寬60公分高35公分

※身體碰觸到架網，總成績追加10秒。

-----------------------------------------------------------

**【第六站】爬上**組合墊→跑走平衡木→至末端跳下

※爬上組合墊時，手須先碰觸組合墊。

-----------------------------------------------------------

**【第七站】**爬上組合墊→行進→接彈翻床跳上→臀部滑下



方塊墊長120公分寬100公分高120公分跳床高50公分(乙、丙組)。

方塊墊長120公分寬100公分高100公分跳床高50公分(丁、戊組)。

方塊墊長120公分寬100公分高100公分跳床高75公分(幼兒組)。

※爬上組合墊時，手須先碰觸組合墊。

※乙組須做前滾翻下。

※丁、丙組可做前滾翻下

※幼兒組、戊組可做腹部朝組合墊內滑下。

-------------------------------------------------------

**【第八站】** 橫箱分腿跳越

 (幼兒、戊、丁組)

乙、丙組橫箱最高處50公分。

幼兒、戊、丁組橫箱最高處25公分。

※乙、丙、丁組需雙腳起跳(雙手撐分腿跳越)。

※幼兒、戊組可單腳起跳(雙手支撐)。

**【第九站】** 連續側軟翻2次



-----------------------------------------------------------

**【第十站】** S型跑

 障礙標誌6個

-----------------------------------------------------------