



## 晉段單人動作檢測標準

### 第一段

編號	動作名稱 (難度分)	標準量化 ( 次 )	動作說明
A101	八仙 180 度轉身	1	八仙*3+後拋右轉 180 度接鈴+八仙*2+後拋右轉 180 度接鈴+八仙*3 回正。
D102	大輪迴放雙手	1	1. 大輪迴後，右棍盪於左下角時左棍同時放開，順時針繞一圈後，右手接右棍，左手接左棍。 2. 雙手須接棍。
D103	繞腳左右望月	1	1. 繞腳金龍後，左手抬頭望月，放下至右手抬頭望月，來回動作一次。 2. 左右兩邊各停 2 秒。
D104	大輪迴左轉身	1	1. 大輪迴放右棍時，身體順著鈴逆時針方向帶鈴轉一圈回到原位後正面大輪迴再繞一圈完成。 2. 接點高於腰。
E105	後迴龍	1	鈴與繩於背後，將鈴從右至左，以左手順時針往右前甩一圈，右手手腕內轉後拉回原點。
G106	小旋風	8	疊鈴放棍後(B007)，右手往上拉鈴，使鈴靠近右棍，右手逆時針繞鈴 8 次，結束時，使線繞在右棍及鈴上接棍後，將鈴拋起完成。
G107	繞腳勾甩拋	1	繞腳，鈴至右邊時，右手勾住鈴後將鈴向左甩，再將鈴向右上拋出，右手回原點接鈴完成。
J108	直立鈴逆輪迴	1	1. 運鈴後開線左手擋鈴，將鈴甩至右方後，右手順勢將棍子放開，棍子會以繞線一圈的方式勾住扯鈴，左手以順時針的方式繞頭一圈，最後右手再將棍子接住。 2. 需接棍完成，回到運鈴狀態。
J109	直立鈴上繞下繞	1	運鈴後開線左手擋鈴，雙手以順時針的方式使鈴在頭上繞圈，再順勢將鈴往下帶，以順時針的方式，在身體前方繞一圈後，回到運鈴狀態。
J110	直立鈴收鈴	1	收鈴 1：運鈴後開線以大衛魔術方式停鈴。 收鈴 2：運鈴後開線左手擋鈴，以疊拋方式停鈴。



## 晉段 CAM 連續式動作檢測標準

### 段一式

序號	編號	動作名稱	次數	備註
1	A000	手轉拋起鈴	1	
2	C001	圓形運鈴	4	
3	G001	繞腳金龍	4	
4	G013	跳換繞腳	4	
5	G001	繞腳金龍	4	
6	G014	左右跳鈴	4	
7	G001	繞腳金龍	4	續接左腳進線
8	G011	海盜船	4	
9	A010	二仙傳道	4	
10	G004	風火輪	4	
11	D008	大輪迴	1	續接迴圈開線
12	E006	左右逢源	4	左右來回算一次
13	B004	疊鈴	3	鈴疊一次算一次
14	A011	雙離手	1	
15	H003	定點亮相	1	