

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。

段位動作檢測標準和說明

第二段

編號	動作名稱(難度分)	標準量化 (次)	動作說明
A201	繞腳拋轉 360 度	1	繞腳金龍自拋後，身體自轉一圈，回到原位接鈴後完成。
D202	前後大輪迴	1	1. 大輪迴一圈，第二圈身體往前一步，左棍頭向後，往背後拉第二圈接回。 2. 接點高於腰。
E203	一飛沖天	1	右手勾鈴同時身體向右轉，逆時針放雙棍身體轉回至原位，左右手同時接棍。
E204	前盪後跳	1	前後迴盪後，往後甩一圈時，雙手放低左（或右）腳後跳跨入線內。
G205	繞右手轉身	1	繞右手 2 下後，鈴至左手時，棍頭對著鈴心往上帶身體逆時針轉一圈回到正面，左手將鈴向右甩身體順時針轉一圈回到正面繞右手 2 下即可。
J206	直立鈴自由女神	1	1. 鈴後開線左手擋鈴，雙手將鈴向上拋起，以右棍頭頂住扯鈴，使鈴在棍上旋轉右棍再將鈴拋起，以單手接住。 2. 需頂著鈴停 2 秒。
J207	直立鈴繞背放棍	1	運鈴後開線左手擋鈴，右手以順時針的方式從頭部繞一圈，使鈴及繩繞身體一圈，右棍再以順時針的方式，從鈴的上方繞鈴一圈後，順勢放開左手，左手再接住鈴棍，回到運鈴狀態。
J208	直立鈴放左棍	1	運鈴後開線左手擋鈴，右手向右拉，順勢放開左棍，使鈴飛起，再以繩勾住鈴，使繩繞鈴一圈後，將右手的棍換至左手，右手再接住另一棍，左手以順時針的方式繞扯鈴上方一圈，將鈴繩解開，成開線狀態。
I209	一線雙鈴	50	右手接鈴計 1 次，共 50 次。
I210	雙鈴點水	1	一線雙鈴後，左右手各疊鈴 1 次。

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	

晉段 CAM 連續式動作

段二式

序號	編號	動作名稱	次數	備註
1	A000	手轉拋起鈴	1	
2	C002+C003	高上下運鈴	4(組)	
3	A101	八仙 180 轉身	1	
4	E105	後迴龍	1	
5	G001	繞腳金龍	2	
6	D103	繞腳左右望月	1	
7	G001	繞腳金龍	2	
8	G107	繞腳勾甩拋	1	
9	G001	繞腳金龍	2	
10	E003	小輪迴	1	解繩
11	C003	上下運鈴	8	
12	D104	大輪迴左轉身	1	
13	G106	小旋風	8	
14	J000	直立鈴運鈴	8	
15	J203	直立鈴自由女神	1	