

中學體適能獎勵計劃全班紀錄表

級 別： _____

測 試 日 期： _____

姓 名	性 別	體 高 (釐米) (1)	體 重 (0.5 千 克) (2)	皮 摺 厚 度 (釐 米)			仰 臥 起 坐 (一 分 鐘 內 次 數) (5)	坐 地 前 伸 (釐 米) (6)	九 分 鐘 跑 / 步 行 (米) (7)	掌 上 壓 (男) / 屈 膝 掌 上 壓 (女) (次) (8)
				三 頭 肌 (3)	小 腿 (4)	# 合 計				

將三次紀錄的兩個中間數合計