

特奧桌球個人能力計算方式

1. 用手拍球

運動員於 30 秒內以單手或雙手向上拍擊球。運動員可用手接球或拍擊，每次球碰觸手即可得一分。若球失控落地，應交付另一顆球給運動員繼續比賽。

2. 用球拍擊球

運動員於 30 秒內用球拍將球向上彈擊，每擊中一次得一分。若球失控落地，應交付另一顆球給運動員繼續比賽。

3. 正手擊球

運動員於球檯的一方，而另一餵球者(教練)則於球檯的另一方，共有五次機會，餵球者將球擲向運動員的正手位置。運動員將球擊回餵球者的檯區，即得一分。球必須擊中球檯才算得分。球若成功擊中任一發球區，可得五分。

4. 反手攔擊

與正手擊球相同，惟餵球者應將球擲向運動員的反手位置。

5. 發球

運動員須從球檯的左方及右方各發五球，球落於正確的發球區即可得一分。

*****以上五項個人技術測試項目之總合，為最後得分。*****