

特奧羽球個人能力計算方式

1. 用手傳球（五球）

傳球者（通常是教練）手臂處持五顆羽球，以投擲飛鏢的方式將羽球擲向運動員，運動員手持球拍擊球，每擊中一球得一分

2. 用球拍傳球（過頂球）

傳球者（教練）手持5顆羽球，以低手擊球的方式將羽球擊向高空發向運動員，運動員有5次擊球機會，每擊中一球得一分。無論運動員錯失或擊中羽球，傳球者應迅速發下一個球，繼續計數。

3. 連續向上擊球

運動員以球拍連續向上彈擊羽球，限時30秒，每擊中一球得一分。如果羽球落地，則提供另一個羽球繼續計數。

4. 正手擊球

運動員站於球場的中間處，傳球者（教練）站於球網的另一方，傳球者以低手發球的方式將球擊向運動員的正手處，運動員有5次擊球機會，每擊中一球且過網並落於場地界內，可得一分。

5. 反手擊球發球

發球規則與計分規則與正手擊球相同，只是傳球者（教練）應將球發向運動員的反手處。

6. 發球

運動員於任一邊發球區內有5次發球機會，如果不能採低手發球，可選擇高手發球，球落入正確的發球區內，每次得1分。發球後，球落在發球區之外，得0分。

*****以上六項個人技術測試項目之總合，為最後得分。*****