

強之回合 [恒傑X飛達 體、適、能考驗篇] - 8月15日補賽 預計時間表

參加者人數	男子及女子				2017 男子 20+15	2017 女子10+5	
	2013 男子	2013 女子	2014 男子	2014 女子			
0900	手握力測試 / 立定跳高 / 立定跳遠 可自行於 10:00 前到測試場地進行						
0905	一公里						
0910							
0915							
0920							
0925							
0930	Beep Test						
0935							
0940							
0945							
0950							
0955							
1000	2015 男子 20+9	2015 女子15+5	2016 男子35+20	2016 女子10+10			
1005	60米 及 30米		擲豆袋	立定跳遠			
1010							
1015							
1020							
1025							
1030							
1035				60米 及 30米			
1040							
1045	立定跳遠		60米 及 30米				
1050							
1055							
1100							
1105							
1110	擲豆袋		600米				
1115							
1120							
1125							
1130							
1135				600米			
1140	600米		立定跳遠		擲豆袋		
1145							
1150							
1155							
1200	擲豆袋		600米	立定跳遠			
1205							
1210							
1215							
1220							
1225				立定跳遠			
1230							
1235							
1240							
1245							
1250							
1255							
1300							

\*家長需要立定擲豆袋

\*60米 及 30米比賽順序為 女子 > 男子 > 家長