附件1

2022年重庆市青少年国际式摔跤锦标赛

专项测试办法

一、过头翻

在25秒规定时间内，对测试队员完成过头翻有效动作的次数进行计数。要求队员前翻必须有明显的双脚发力动作，翻回须以双脚落地算完整的动作，符合上述标准和要求的动作，方被视为有效动作，无效动作不予计数。每名队员测试1次。

二、站立技术

运动员自主组合配对（或大会安排运动员辅助），连续完成站立技术，时间为20秒。要求不重复使用同一个站立技术；不能左右同时使用同一个技术；每完成一个动作，双方必须分开，再从起始状态下做下一个动作；要有明显的抓把、抢手动作，且每一个技术动作的使用做到清晰、规范、标准，具有完整性。符合以上测试要求的技术动作，方被视为有效技术动作。对在规定时间内完成有效技术动作的次数进行计数，无效技术不予计数。

三、跪撑技术

运动员自主组合配对（或大会安排运动员辅助），连续完成跪撑技术动作，时间为20秒。要求不重复使用同一个跪撑技术；不能左右同时使用同一个技术；每完成一个技术动作，连接下一个技术动作时必须从跪撑原始状态开始（被做者处于跪撑起始状态）；技术动作做到清晰，规范、标准，具有完整性。符合以上测试要求的技术动作，方被视为有效技术动作。对在规定时间内完成有效技术动作的次数进行计数，无效技术不予计数。

四、合格标准

男子100kg和115kg3个合格，其它级别4个合格；女子70kg和76kg2个合格，其它级别3个合格。