

中國男女學生

體力測驗
運動技術標準測驗

計分表

運動分數表

每項各行前者係成績後者係分數可按各成績查分數

引體向上	雙臂屈伸(仰臥引體向上同)	仰臥起坐
40-700	69-697	87-697
39-691	68-690	86-692
38-682	67-683	85-686
37-673	66-676	84-681
36-663	65-669	83-675
35-654	64-662	82-670
34-644	63-655	81-664
33-634	62-648	80-658
32-624	61-640	79-652
31-614	60-633	78-647
30-603	59-626	77-641
29-593	58-618	76-635
28-582	57-611	75-629
27-571	56-603	74-623
26-560	55-596	73-618
25-548	54-588	72-612
24-537	53-581	71-606
23-525	52-573	70-600
22-513	51-565	69-594
21-501	50-558	68-588
20-488	49-550	67-582
19-475	48-542	66-576
18-462	47-534	65-570
17-448	46-526	64-564
16-434	45-518	63-558
15-419	44-510	62-551
14-404	43-502	61-545
13-388	42-494	60-539
12-372	41-486	59-533
11-355	40-477	58-526
10-337	39-469	57-520
9-319	38-460	56-514
8-299	37-452	55-507
7-278	36-443	54-501
6-256	35-434	53-494
5-232	34-425	52-488
4-204	33-417	51-481
3-174	32-408	50-474
2-137	31-399	49-468
1-90	30-390	48-461
0-0	29-380	47-454

仰 臥 起 坐	雙 膝 全 屈
46—447	0—0
45—440	720—691
44—434	700—681
43—427	680—671
42—420	660—661
41—413	640—650
40—405	620—639
39—398	600—629
38—391	580—618
37—384	560—607
36—376	540—595
35—369	520—584
34—361	500—571
33—354	490—565
32—346	480—559
31—338	470—553
30—330	460—547
29—322	450—541
28—314	440—535
27—306	430—529
26—298	420—522
25—290	410—516
24—281	400—509
23—273	390—502
22—264	380—495
21—255	370—488
20—246	360—481
19—237	350—474
18—228	340—467
17—218	330—460
16—209	320—452
15—199	310—445
14—189	300—437
13—178	290—430
12—168	280—422
11—157	270—414
10—146	260—406
9—134	250—398
8—122	240—389
7—110	230—380
6—97	220—371
5—83	210—363
4—68	200—353
3—53	190—343
2—37	185—338
1—20	180—333
	175—328
	170—323
	165—327
	160—312
	155—306
	150—301
	145—296
	140—291
	135—285
	130—280
	129—278
	128—277
	127—276
	126—275
	125—274
	124—272
	123—271
	122—270
	121—269
	120—267
	119—266
	118—265
	117—263
	116—262
	115—261
	114—260
	113—259
	112—257
	111—256
	110—255
	109—253
	108—252
	107—251
	106—250
	105—248
	104—247
	103—245
	102—244
	101—243
	100—242
	99—240
	98—239
	97—233
	96—237
	95—235
	94—234
	93—233

雙	膝	全	屈	跪撐雙臂屈伸
92-231	43-156		0-0	83-699
91-230	45-654			82-693
90-229	44-152			81-687
89-227	43-150			80-681
88-225	42-148			79-676
87-224	41-146			78-670
86-223	40-144			77-664
85-221	39-142			76-658
84-220	38-139			75-651
83-219	37-137			74-645
82-217	36-135			73-639
81-215	35-133			72-633
80-213	34-130			71-627
79-211	33-128			70-621
78-210	32-126			69-615
77-209	31-123			68-609
76-207	30-121			67-604
75-206	29-119			66-598
74-205	28-116			65-591
73-203	27-113			64-583
72-201	26-111			63-577
71-200	25-108			62-571
70-198	24-106			61-565
69-197	23-103			60-559
68-195	22-100			59-553
67-193	21-97			58-546
66-192	20-94			57-540
65-190	19-91			56-533
64-188	18-88			55-525
63-187	17-85			54-518
62-185	16-82			53-510
61-184	15-78			52-503
60-182	14-75			51-497
59-180	13-71			50-490
58-178	12-68			49-484
57-177	11-64			48-478
56-175	10-59			47-470
55-173	9-55			46-463
54-171	8-51			45-455
53-169	7-46			44-448
52-167	6-40			43-441
51-166	5-35			42-434
50-164	4-28			41-427
49-162	3-21			40-419
48-160	2-13			39-412
47-158	1-2			38-404

跪撐雙臂屈伸

仰 臥

雙 腿

上 舉

37—397	345—700	115—328	12—48
36—389	340—683	110—319	10—40
35—381	335—686	105—309	8—31
34—373	330—679	100—301	6—23
33—366	325—671	98—297	4—14
32—358	320—664	96—292	2—5
31—350	315—657	94—288	1—1
30—342	310—650	92—284	0—
29—334	305—643	90—280	
28—326	300—636	88—275	
27—317	295—629	86—271	
26—308	290—621	84—267	
25—300	285—614	80—258	
24—291	280—607	78—254	
23—282	275—600	76—250	
22—273	270—592	74—246	
21—264	265—584	72—241	
20—255	260—577	70—237	
19—246	255—569	68—233	
18—236	250—561	66—238	
17—226	245—553	64—224	
16—216	240—545	62—220	
15—206	235—537	60—216	
14—195	230—530	58—211	
13—185	225—522	56—207	
12—174	220—514	54—200	
11—163	215—507	52—193	
10—151	210—500	50—189	
9—139	205—491	48—180	
8—127	200—483	46—173	
7—114	195—474	44—167	
6—100	190—465	42—162	
5—86	185—457	40—153	
4—71	180—448	38—147	
3—57	175—440	36—140	
2—35	170—431	34—133	
1—13	165—422	32—127	
0—0	160—414	30—120	
	155—405	28—113	
	150—396	26—107	
	145—386	24—100	
	140—377	22—91	
	135—367	20—83	
	130—357	18—74	
	125—348	16—66	
	120—338	14—57	

二十五米突賽跑

3.5"—682	8.1"—32
3.6"—625	8.2"—30
3.7"—573	8.3"—28
3.8"—527	8.4"—26
3.9"—486	8.5"—24
4"—449	8.6"—23
4.1"—415	8.7"—21
4.2"—384	8.8"—19
4.3"—356	8.9"—18
4.4"—331	9"—17
4.5"—308	9.2"—14
4.6"—287	9.4"—11
4.7"—267	9.6"—9
4.8"—249	9.8"—7
4.9"—233	10"—5
5"—218	10.2"—4
5.1"—204	10.4"—2
5.2"—191	10.6"—0
5.3"—179	
5.4"—168	
5.5"—158	
5.6"—148	
5.7"—139	
5.8"—130	
5.9"—122	
6"—115	
6.1"—108	
6.2"—102	
6.3"—96	
6.4"—91	
6.5"—86	
6.6"—81	
6.7"—76	
6.8"—72	
6.9"—68	
7"—64	
7.1"—60	
7.2"—56	
7.3"—53	
7.4"—50	
7.5"—47	
7.6"—44	
7.7"—41	
7.8"—39	
7.9"—36	
8"—34	

五十米突賽跑

5.8"—722	10.4"—104
5.9"—684	10.5"—101
6"—649	10.6"—97
6.1"—617	10.7"—94
6.2"—585	10.8"—91
6.3"—558	10.9"—88
6.4"—531	11"—85
6.5"—505	11.1"—82
6.6"—481	11.2"—79
6.7"—459	11.3"—76
6.8"—438	11.4"—73
6.9"—418	11.5"—71
7"—400	11.6"—68
7.1"—382	11.7"—66
7.2"—365	11.8"—64
7.3"—349	11.9"—61
7.4"—334	12"—59
7.5"—320	12.2"—55
7.6"—307	12.4"—51
7.7"—294	12.6"—48
7.8"—282	12.8"—45
7.9"—270	13"—42
8"—259	13.2"—39
8.1"—249	13.4"—36
8.2"—239	13.6"—33
8.3"—230	13.8"—31
8.4"—221	14"—28
8.5"—212	14.2"—26
8.6"—204	14.4"—24
8.7"—196	14.6"—22
8.8"—189	14.8"—20
8.9"—182	15"—18
9"—175	15.2"—16
9.1"—168	15.4"—15
9.2"—162	15.6"—13
9.3"—156	15.8"—12
9.4"—150	16"—11
9.5"—145	16.2"—9
9.6"—140	16.4"—8
9.7"—135	16.6"—7
9.8"—130	16.8"—6
9.9"—125	17"—5
10"—121	17.2"—4
10.1"—116	17.4"—3
10.2"—112	17.6"—2
10.3"—108	17.8"—1

五十米突賽跑	二 百 米 突 賽 跑	一百米突賽跑
18" —0	11.1"—717	20.2"—98
	11.2"—679	20.3"—94
	11.3"—643	20.4"—91
	11.4"—610	21" —88
	12" —572	21.1"—84
	12.1"—549	21.2"—81
	12.2"—522	21.3"—78
	12.3"—496	21.4"—76
	12.4"—472	22" —73
	13" —450	22.1"—70
	13.1"—428	22.2"—68
	13.2"—408	22.3"—65
	13.3"—390	22.4"—63
	13.4"—372	23" —61
	14" —355	23.1"—59
	14.1"—339	23.2"—56
	14.2"—324	23.3"—54
	14.3"—310	23.4"—52
	14.4"—297	24" —50
	15" —284	24.1"—49
	15.1"—272	24.2"—47
	15.2"—260	24.3"—45
	15.3"—249	24.4"—43
	15.4"—239	25" —42
	16" —230	25.½"—38
	16.1"—220	26" —34
	16.2"—211	26.½"—31
	16.3"—203	27" —28
	16.4"—195	27.½"—25
	17" —187	28" —22
	17.1"—180	28.½"—20
	17.2"—173	29" —18
	17.3"—166	29.½"—16
	17.4"—160	30" —14
	18" —154	30.½"—12
	18.1"—148	31" —10
	18.2"—142	31.½"—8
	18.3"—137	32" —7
	18.4"—132	32.½"—5
	19" —127	33" —4
	19.1"—122	33.½"—3
	19.2"—118	34" —1
	19.3"—113	34.½"—0
	19.4"—109	
	20" —105	
	20.1"—101	
		22.2"—705
		22.3"—686
		22.4"—667
		23" —649
		23.1"—632
		23.2"—615
		23.3"—599
		23.4"—584
		24" —568
		24.1"—554
		24.2"—540
		24.3"—526
		24.4"—513
		25" —500
		25.1"—488
		25.2"—476
		25.3"—464
		25.4"—453
		26" —442
		26.1"—431
		26.2"—421
		26.3"—411
		26.4"—401
		27" —392
		27.1"—383
		27.2"—374
		27.3"—365
		27.4"—357
		28" —349
		28.1"—341
		28.2"—333
		28.3"—326
		28.4"—318
		29" —311
		29.1"—305
		29.2"—298
		29.3"—291
		29.4"—285
		30" —279
		30.1"—273
		30.2"—267
		30.3"—261
		30.4"—256
		31" —250
		31.1"—245
		31.2"—240

一百米突賽跑		立 定 跳 遠	
31.3"—235	44"—71	10'—685	2'4"—14
31.4"—230	45"—65	9'10"—661	2'2"—8
32"—225	46"—59	9'8"—638	2'—3
32.1"—221	47"—54	9'6"—615	1'10"—0
32.2"—216	48"—49	9'4"—593	
32.3"—212	49"—45	9'2"—571	
32.4"—207	50"—41	9'—550	
33"—203	51"—37	8'10"—529	
33.1"—199	52"—33	8'8"—508	
33.2"—195	53"—30	8'6"—488	
33.3"—191	54"—27	8'4"—468	
33.4"—187	55"—24	8'2"—448	
34"—184	56"—22	8'—429	
34.1"—180	57"—19	7'10"—411	
34.2"—177	58"—17	7'8"—392	
34.3"—173	59"—15	7'6"—374	
34.4"—170	60"—13	7'4"—357	
35"—166	61"—11	7'2"—340	
35.1"—163	62"—9	7'—323	
35.2"—160	63"—8	6'10"—306	
35.3"—157	64"—6	6'8"—290	
35.4"—154	65"—5	6'6"—275	
36"—151	66"—4	6'4"—260	
36.1"—148	67"—2	6'2"—245	
36.2"—145	68"—1	6'—231	
36.3"—142	69"—0	5'10"—216	
36.4"—140		5'8"—203	
37"—137		5'6"—190	
37.1"—134		5'4"—177	
37.2"—132		5'2"—164	
37.3"—132		5'—152	
37.4"—127		4'10"—141	
38"—124		4'8"—130	
38.1"—122		4'6"—119	
38.2"—120		4'4"—108	
38.3"—118		4'2"—98	
38.4"—115		4'—88	
39"—113		3'10"—79	
39.1"—111		3'8"—70	
39.2"—109		3'6"—62	
39.3"—107		3'4"—54	
39.4"—105		3'2"—46	
40"—103		3'—39	
41"—94		2'10"—32	
42"—86		2'8"—25	
43"—78		2'6"—19	

三	次	立	定	跳	遠
31'8" -697	24' -390	16'4" -167	8'8" -29		
31'6" -690	23'10" -384	16'2" -163	8'6" -27		
31'4" -682	23'8" -378	16' -159	8'4" -25		
31'2" -675	23'6" -373	15'10" -155	8'2" -23		
31' -667	23'4" -367	15'8" -152	8' -21		
30'10" -660	23'2" -362	15'6" -148	7'10" -19		
30'8" -653	23' -356	15'4" -144	7'8" -17		
30'6" -645	22'10" -351	15'2" -141	7'6" -16		
30'4" -638	22'8" -345	15' -137	7'4" -14		
30'2" -631	22'6" -340	14'10" -134	7'2" -12		
30' -623	22'4" -334	14'8" -130	7' -10		
29'10" -616	22'2" -329	14'6" -126	6'10" -9		
29'8" -609	22' -324	14'4" -123	6'8" -7		
29'6" -602	21'10" -318	14'2" -120	6'6" -5		
29'4" -595	21'8" -313	14' -116	6'4" -4		
29'2" -588	21'6" -308	13'10" -113	6'2" -2		
29' -581	21'4" -303	13'8" -110	6' -1		
28'10" -574	21'2" -298	13'6" -106	5'10" -0		
28'8" -567	21' -293	13'4" -103			
28'6" -560	20'10" -288	13'2" -100			
28'4" -553	20'8" -283	13' -97			
28'2" -546	20'6" -278	12'10" -94			
28' -540	20'4" -273	12'8" -91			
27'10" -533	20'2" -268	12'6" -88			
27'8" -526	20' -263	12'4" -85			
27'6" -520	19'10" -258	12'2" -82			
27'4" -513	19'8" -254	12' -79			
27'2" -507	19'6" -249	11'10" -76			
27' -500	19'4" -244	11'8" -73			
26'10" -494	19'2" -240	11'6" -70			
26'8" -487	19' -235	11'4" -68			
26'6" -481	18'10" -231	11'2" -65			
26'4" -475	18'8" -226	11' -62			
26'2" -468	18'6" -222	10'10" -60			
26' -462	18'4" -217	10'8" -57			
25'10" -456	18'2" -213	10'6" -54			
25'8" -450	18' -208	10'4" -52			
25'6" -443	17'10" -204	10'2" -49			
25'4" -437	17'8" -200	10' -47			
25'2" -431	17'6" -195	9'10" -45			
25' -425	17'4" -191	9'8" -42			
24'10" -419	17'2" -187	9'6" -40			
24'8" -413	17' -183	9'4" -38			
24'6" -407	16'10" -179	9'2" -36			
24'4" -402	16'8" -175	9' -33			
24'2" -396	16'6" -171	8'10" -31			

立	定	跳	高
28'10" —696	21'2' —363	13'6" —133	5'10" —4
28'8" —687	21' —357	13'4" —129	5'8" —3
28'6" —679	20'10" —351	13'2" —125	5'6" —1
28'4" —671	20'8" —345	13' —121	5'4" —0
28'2" —663	20'6" —339	12'10" —118	
28' —655	20'4" —333	12'8" —114	
27'10" —647	20'2" —327	12'6" —110	
27'8" —639	20' —322	12'4" —107	
27'6" —631	19'10" —316	12'2" —103	
27'4" —623	19'8" —310	12' —100	
27'2" —615	19'6" —305	11'10" —96	
27' —609	19'4" —299	11'8" —93	
26'10" —599	19'2" —293	11'6" —90	
26'8" —591	19' —288	11'4" —86	
26'6" —584	18'10" —282	11'2" —83	
26'4" —576	18'8" —277	11' —80	
26'2" —568	18'6" —272	10'10" —77	
26' —561	18'4" —266	10'8" —74	
25'10" —553	18'2" —261	10'6" —71	
25'8" —546	18' —256	10'4" —68	
25'6" —539	17'10" —251	10'2" —65	
25'4" —531	17'8" —246	10' —62	
25'2" —524	17'6" —241	9'10" —59	
25' —517	17'4" —236	9'8" —56	
24'10" —509	17'2" —231	9'6" —53	
24'8" —502	17' —226	9'4" —50	
24'6" —495	16'10" —221	9'2" —48	
24'4" —488	16'8" —216	9' —45	
24'2" —481	16'6" —211	8'10" —43	
24' —474	16'4" —206	8'8" —40	
23'10" —467	16'2" —202	8'6" —38	
23'8" —460	16' —197	8'4" —35	
23'6" —454	15'10" —192	8'2" —33	
23'4" —447	15'8" —188	8' —30	
23'2" —440	15'6" —183	7'10" —28	
23' —433	15'4" —179	7'8" —26	
22'10" —427	15'2" —174	7'6" —24	
22'8" —420	15' —170	7'4" —22	
22'6" —414	14'10" —166	7'2" —20	
22'4" —407	14'8" —161	7' —18	
22'2" —401	14'6" —157	6'10" —16	
22' —394	14'4" —153	6'8" —14	
21'10" —388	14'2" —149	6'6" —12	
21'8" —382	14' —145	6'4" —10	
21'6" —376	13'10" —141	6'2" —8	
21'4" —370	13'8" —137	6' —6	

急 行 跳 遠		急 行 跳 高	
22'2" -700	10'8" -159	5'11" -713	2'1" -66
21'11" -684	10'5" -151	5'10" -692	2' -59
21'8" -669	10'2" -143	5'9" -672	1'11" -52
21'5" -654	9'11" -135	5'8" -652	1'10" -46
21'2" -639	9'8" -128	5'7" -632	1'9" -40
20'11" -625	9'5" -121	5'6" -613	1'8" -34
20'8" -610	9'2" -113	5'5" -593	1'7" -28
20'5" -596	8'11" -106	5'4" -575	1'6" -22
20'2" -582	8'8" -100	5'3" -556	1'5" -17
19'11" -568	8'5" -93	5'2" -538	1'4" -12
19'8" -554	8'2" -86	5'1" -520	1'3" -8
19'5" -540	7'11" -80	5' -502	1'2" -4
19'2" -527	7'8" -74	4'11" -484	1'1" -0
18'11" -513	7'5" -68	4'10" -467	
18'8" -500	7'2" -62	4'9" -450	
18'5" -487	6'11" -57	4'8" -434	
18'2" -474	6'8" -51	4'7" -418	
17'11" -461	6'5" -46	4'6" -402	
17'8" -449	6'2" -41	4'5" -386	
17'5" -436	5'11" -36	4'4" -371	
17'2" -424	5'8" -31	4'3" -356	
16'11" -412	5'5" -27	4'2" -341	
16'8" -400	5'2" -22	4'1" -326	
16'5" -388	4'11" -18	4' -312	
16'2" -376	4'8" -14	3'11" -298	
15'11" -364	4'5" -10	3'10" -285	
15'8" -353	4'2" -7	3'9" -271	
15'5" -342	3'11" -3	3'8" -258	
15'2" -331	3'8" -0	3'7" -246	
14'11" -320		3'6" -233	
14'8" -309		3'5" -221	
14'5" -298		3'4" -209	
14'2" -288		3'3" -198	
13'11" -278		3'2" -186	
13'8" -268		3'1" -175	
13'5" -258		3' -165	
13'2" -248		2'11" -154	
12'11" -238		2'10" -144	
12'8" -229		2'9" -134	
12'5" -219		2'8" -125	
12'2" -210		2'7" -116	
11'11" -201		2'6" -107	
11'8" -192		2'5" -98	
11'5" -184		2'4" -90	
11'2" -175		2'3" -82	
10'11" -167		2'2" -74	

騰 越		比 高		擲 六 磅 鐵 球	
6'6"	-690	2'8"	-119	64 $\frac{3}{4}$	-701
6'5"	-674	2'7"	-111	64 $\frac{1}{2}$	-698
6'4"	-657	2'6"	-103	64 $\frac{1}{4}$	-695
6'3"	-641	2'5"	-95	64	-692
6'2"	-625	2'4"	-88	63 $\frac{3}{4}$	-689
6'1"	-609	2'3"	-81	63 $\frac{1}{2}$	-686
6"	-594	2'2"	-74	63 $\frac{1}{4}$	-683
5'11"	-579	2'1"	-67	63	-680
5'10"	-563	2'	-61	62 $\frac{3}{4}$	-676
5'9"	-548	1'11"	-54	62 $\frac{1}{2}$	-673
5'8"	-533	1'10"	-48	62 $\frac{1}{4}$	-670
5'7"	-519	1'9"	-42	62	-667
5'6"	-504	1'8"	-37	61 $\frac{3}{4}$	-663
5'5"	-490	1'7"	-31	61 $\frac{1}{2}$	-660
5'4"	-476	1'6"	-26	61 $\frac{1}{4}$	-657
5'3"	-462	1'5"	-21	61	-654
5'2"	-448	1'4"	-16	60 $\frac{3}{4}$	-650
5'1"	-434	1'3"	-12	60 $\frac{1}{2}$	-647
5'	-421	1'2"	-8	60 $\frac{1}{4}$	-644
4'11"	-408	1'1"	-4	60	-641
4'10"	-395	1'	-0	59 $\frac{3}{4}$	-637
4'9"	-382			59 $\frac{1}{2}$	-634
4'8"	-369			59 $\frac{1}{4}$	-631
4'7"	-356			59	-628
4'6"	-344			58 $\frac{3}{4}$	-625
4'5"	-332			58 $\frac{1}{2}$	-622
4'4"	-320			58 $\frac{1}{4}$	-619
4'3"	-308			58	-616
4'2"	-296			57 $\frac{3}{4}$	-613
4'1"	-285			57 $\frac{1}{2}$	-610
4'	-273			57 $\frac{1}{4}$	-607
3'11"	-262			57	-604
3'10"	-251			56 $\frac{3}{4}$	-601
3'9"	-241			56 $\frac{1}{2}$	-598
3'8"	-230			56 $\frac{1}{4}$	-595
3'7"	-220			56	-592
3'6"	-210			55 $\frac{3}{4}$	-589
3'5"	-200			55 $\frac{1}{2}$	-586
3'4"	-190			55 $\frac{1}{4}$	-583
3'3"	-180			55	-580
3'2"	-171			54 $\frac{3}{4}$	-576
3'1"	-162			54 $\frac{1}{2}$	-573
3'	-153			54 $\frac{1}{4}$	-570
2'11"	-144			54	-567
2'10"	-135			53 $\frac{3}{4}$	-563
2'9"	-127			53 $\frac{1}{2}$	-560
				53 $\frac{1}{4}$	-557
				53	-554
				52 $\frac{3}{4}$	-551
				52 $\frac{1}{2}$	-548
				52 $\frac{1}{4}$	-545
				52	-542
				51 $\frac{3}{4}$	-538
				51 $\frac{1}{2}$	-535
				51 $\frac{1}{4}$	-532
				51	-529
				50 $\frac{3}{4}$	-526
				50 $\frac{1}{2}$	-523
				50 $\frac{1}{4}$	-520
				50	-517
				49 $\frac{3}{4}$	-514
				49 $\frac{1}{2}$	-511
				49 $\frac{1}{4}$	-508
				49	-504
				48 $\frac{3}{4}$	-501
				48 $\frac{1}{2}$	-498
				48 $\frac{1}{4}$	-495
				48	-492
				47 $\frac{3}{4}$	-489
				47 $\frac{1}{2}$	-486
				47 $\frac{1}{4}$	-482
				47	-479
				46 $\frac{3}{4}$	-476
				46 $\frac{1}{2}$	-473
				46 $\frac{1}{4}$	-470
				46	-467
				45 $\frac{3}{4}$	-461
				45 $\frac{1}{2}$	-458
				45	-455
				44 $\frac{3}{4}$	-452
				44 $\frac{1}{2}$	-449
				44 $\frac{1}{4}$	-446
				44	-443
				43 $\frac{3}{4}$	-440
				43 $\frac{1}{2}$	-437
				43 $\frac{1}{4}$	-434
				43	-431
				42 $\frac{3}{4}$	-428
				42 $\frac{1}{2}$	-425
				42 $\frac{1}{4}$	-422
				42	-419
				41 $\frac{3}{4}$	-416

榔	六	磅	鐵	球
41½—413	30 —277	18½—148	7 —32	
41¼—410	29¾—274	18¼—146	6¾—29	
41 —407	29½—271	18 —143	6½—27	
40¾—404	29¼—269	17¾—140	6¼—25	
40½—401	29 —266	17½—137	6 —23	
40¼—398	28¾—263	17¼—135	5¾—20	
40 —395	28½—260	17 —132	5½—18	
39¾—392	28¼—257	16¾—129	5¼—16	
39½—389	28 —254	16½—127	5 —14	
39¼—386	27¾—251	16¼—124	4¾—12	
39 —383	27½—248	16 —121	4½—10	
38¾—380	27¼—246	15¾—118	4¼—8	
38½—377	27 —243	15½—116	4 —6	
38¼—374	26¾—240	15¼—114	3¾—5	
38 —371	26½—237	15 —112	3½—4	
37¾—368	26¼—234	14¾—109	3¼—3	
37½—365	26 —231	14½—106	3 —2	
37¼—362	25¾—228	14¼—103	2¾—1	
37 —359	25½—225	14 —100	2½—0	
36¾—356	25¼—223	13¾—98		
36½—353	25 —220	13½—95		
36¼—350	24¾—217	13¼—93		
36 —347	24½—214	13 —90		
35¾—344	24¼—211	12¾—88		
35½—341	24 —209	12½—85		
35¼—338	23¾—206	12¼—83		
35 —335	23½—203	12 —80		
34¾—332	23¼—200	11¾—78		
34½—329	23 —198	11½—75		
34¼—326	22¾—195	11¼—73		
34 —323	22½—192	11 —71		
33¾—320	22¼—189	10¾—68		
33½—317	22 —187	10½—66		
33¼—315	21¾—184	10¼—63		
33 —312	21½—181	10 —61		
32¾—309	21¼—178	9¾—58		
32½—306	21 —176	9½—56		
32¼—303	20¾—173	9¼—54		
32 —300	20½—170	9 —51		
31¾—298	20¼—167	8¾—49		
31½—295	20 —165	8½—47		
31¼—292	19¾—162	8¼—44		
31 —289	19½—159	8 —42		
30¾—286	19¼—156	7¾—40		
30½—283	19 —154	7½—37		
30¼—280	18¾—151	7¼—35		

磅	入	磅	銀	球
54 — —007	42½ — —522	31 — —357	19½ — —198	
53½ — —696	42½ — —518	30½ — —352	19½ — —195	
53½ — —692	42 — —514	30½ — —348	19 — —191	
53½ — —688	41¾ — —510	30½ — —345	18¾ — —187	
53 — —684	41½ — —506	30 — —341	18½ — —184	
52¾ — —681	41½ — —502	29¾ — —338	18½ — —181	
52½ — —678	41 — —498	29½ — —334	18 — —177	
52½ — —674	40¾ — —494	29½ — —331	17¾ — —174	
52 — —671	40½ — —490	29 — —327	17½ — —171	
51¾ — —667	40½ — —486	28¾ — —324	17½ — —168	
51½ — —664	40 — —482	28½ — —320	17 — —164	
51½ — —660	39¾ — —478	28½ — —317	16¾ — —161	
51 — —657	39½ — —474	28 — —313	16½ — —158	
50½ — —654	39½ — —472	27¾ — —310	16½ — —155	
50½ — —651	39 — —468	27½ — —306	16 — —151	
50½ — —647	38¾ — —463	27½ — —303	15¾ — —148	
50 — —644	38½ — —459	27 — —299	15½ — —145	
49¾ — —638	38½ — —456	26¾ — —296	15½ — —142	
49½ — —635	38 — —452	26½ — —292	15 — —139	
49½ — —631	37¾ — —449	26½ — —289	14¾ — —136	
49 — —628	37½ — —445	26 — —286	14½ — —133	
48¾ — —624	37½ — —442	25¾ — —283	14½ — —130	
48½ — —620	37 — —438	25½ — —278	14 — —127	
48½ — —616	36¾ — —435	25½ — —275	13¾ — —124	
48 — —612	36½ — —431	25 — —272	13½ — —121	
47¾ — —608	36½ — —428	24¾ — —269	13½ — —118	
47½ — —602	36 — —424	24½ — —266	13 — —115	
47½ — —598	35¾ — —421	24½ — —263	12¾ — —112	
47 — —594	35½ — —417	24 — —259	12½ — —109	
46¾ — —590	35½ — —414	23¾ — —256	12½ — —106	
46½ — —586	35 — —410	23½ — —252	12 — —103	
46½ — —582	34¾ — —407	23½ — —249	11¾ — —100	
46 — —578	34½ — —404	23 — —245	11½ — —97	
45¾ — —574	34½ — —401	22¾ — —242	11½ — —94	
45½ — —570	34 — —397	22½ — —238	11 — —91	
45½ — —566	33¾ — —394	22½ — —235	10¾ — —88	
45 — —562	33½ — —391	22 — —231	10½ — —85	
44¾ — —558	33½ — —388	21¾ — —227	10½ — —82	
44½ — —554	33 — —384	21½ — —223	10 — —79	
44½ — —550	32¾ — —381	21½ — —221	9¾ — —76	
44 — —546	32½ — —377	21 — —217	9½ — —73	
43¾ — —542	32½ — —374	20¾ — —214	9½ — —70	
43½ — —538	32 — —371	20½ — —211	9 — —67	
43½ — —534	31¾ — —368	20½ — —208	8¾ — —64	
43 — —530	31½ — —364	20 — —204	8½ — —61	
42¾ — —526	31½ — —361	19¾ — —201	8½ — —58	

擲八磅鐵球	擲十二磅鐵球		擲籃球比遠
8 — —55	46' —695	23' —301	142—706
7½ — —52	45½' —686	22½' —293	141—699
7¼ — —49	45' —677	22' —285	140—693
7½ — —46	44½' —668	21½' —277	139—686
7 — —43	44' —660	21' —269	138—680
6½ — —40	43½' —651	20½' —261	137—673
6¼ — —37	43' —642	20' —253	136—667
6½ — —34	42½' —633	19½' —245	135—660
6 — —31	42' —624	19' —237	134—654
5½ — —28	41½' —615	18½' —229	133—647
5¼ — —25	41' —607	18' —221	132—641
5½ — —22	40½' —598	17½' —214	131—634
5 — —19	40' —580	17' —206	130—628
4½ — —16	39½' —580	16½' —198	129—621
4¼ — —13	39' —571	16' —190	128—615
4½ — —10	38½' —563	15½' —183	127—608
4 — —8	38' —554	15' —175	126—602
3½ — —6	37½' —545	14½' —168	125—595
3¼ — —4	37' —537	14' —160	124—589
3½ — —2	36½' —528	13½' —152	123—582
3 — —0	36' —519	13' —145	122—576
	35½' —511	12½' —137	121—569
	35' —502	12' —130	120—563
	34½' —493	11½' —123	119—556
	34' —485	11' —115	118—550
	33½' —476	10½' —108	117—544
	33' —468	10' —101	116—537
	32½' —459	9½' —94	115—531
	32' —451	9' —87	114—524
	31½' —442	8½' —80	113—518
	31' —434	8' —73	112—511
	30½' —425	7½' —66	111—505
	30' —417	7' —59	110—499
	29½' —409	6½' —52	109—493
	29' —400	6' —45	108—487
	28½' —392	5½' —39	107—481
	28' —383	5' —32	106—475
	27½' —375	4½' —26	105—469
	27' —367	4' —19	104—463
	26½' —359	3½' —13	103—457
	26' —350	3' —7	102—451
	25½' —342	2½' —1	101—445
	25' —334	2' —0	100—439
	24½' —326		99—433
	24' —317		98—427
	23½' —309		97—421

擲	籃	球	比	遠
96-415	50-163			
95-409	49-158			
94-403	48-153			
93-397	47-148			
92-391	46-144			
91-385	45-138			
90-379	44-134			
89-373	43-130			
88-367	42-125			
87-362	41-120			
86-356	40-116			
85-350	39-111			
84-344	38-106			
83-339	37-102			
82-333	36- 97			
81-327	35- 93			
80-322	34- 88			
79-316	33- 84			
78-310	32- 80			
77-304	31- 76			
76-298	30- 72			
75-292	29- 67			
74-287	28- 63			
73-281	27- 59			
72-275	26- 55			
71-269	25- 51			
70-264	24- 47			
69-259	23- 43			
68-254	22- 39			
67-249	21- 35			
66-244	20- 32			
65-239	19- 28			
64-234	18- 25			
63-229	17- 21			
62-224	16- 18			
61-219	15- 14			
60-214	14- 11			
59-208	13- 7			
58-203	12- 4			
57-198	11- 1			
56-193	10- 0			
55-188				
54-183				
53-178				
52-173				
51-168				

第一 表
陰 陽 曆 年 齡 對 照

(說明)

若查問之時爲陽歷三月，表格中注明減一年，則爲足歲七歲。餘類推。
虛歲係八歲生辰爲二月按陽歷則爲三月，若查問時爲陽歷十月，表中注明減一年加七月，則足歲爲七歲七個月。
表中上列爲陰陽歷對照，左行爲臨時查問之月份，中間各格注明按本歲加減而得之足歲。例如有一兒童，按中國應用於科學方面，對於年歲之測定，多以足歲計算，中國用陰歷，且係虛歲，殊不便也。

幾月生	陰曆	一	二	三	四
	陽曆	2	3	4	5
按陽曆調查的月份	1	— 2年 + 11月	— 2年 + 10月	— 2年 + 9月	— 2年 + 8月
	2	— 1年	— 2年 + 11月	— 2年 + 10月	— 2年 + 9月
	3	— 1年 + 1月	— 1年	— 2年 + 11月	— 2年 + 10月
	4	— 1年 + 2月	— 1年 + 1月	— 1年	— 2年 + 11月
	5	— 1年 + 3月	— 1年 + 2月	— 1年 + 1月	— 1年
	6	— 1年 + 4月	— 1年 + 3月	— 1年 + 2月	— 1年 + 1月
	7	— 1年 + 5月	— 1年 + 4月	— 1年 + 3月	— 1年 + 2月
	8	— 1年 + 6月	— 1年 + 5月	— 1年 + 4月	— 1年 + 3月
	9	— 1年 + 7月	— 1年 + 6月	— 1年 + 5月	— 1年 + 4月
	10	— 1年 + 8月	— 1年 + 7月	— 1年 + 6月	— 1年 + 5月
	11	— 1年 + 9月	— 1年 + 8月	— 1年 + 7月	— 1年 + 6月
	12	— 1年 + 10月	— 1年 + 9月	— 1年 + 8月	— 1年 + 7月