

功能性動作跨越障礙物

1. 抬起右腳
2. 右腳往前跨越三角錐，
 踩在三角錐之間
3. 抬起左腳
4. 左腳往前跨越三角錐，
 踩在三角錐之間
5. 連續做完來回 **3** 公尺的距離，

備註：能力弱者，沿著三角錐走直線
能力好者，手上負重約 **1** 公斤的物品