

河北胜川订制水兵训练器材 水上400米障碍器材

产品名称	河北胜川订制水兵训练器材 水上400米障碍器材
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	8500.00/件
规格参数	品牌:胜川 型号:001 河北:002
公司地址	河北 盐山县 杨集乡 大郝工业开发区
联系电话	0317-6225629 13013226233

产品详情

随着国防科大一年一度的年底体质评定越来越近，400米阻拦在工作中进行训练的数量也越来越多。训练场上人潮人海，有的人在为规范姿态而训练，有的人在为步伐连接而训练，也有的人在为那一秒考试分数的提高而训练。但我发现，虽然大家训练的热情更为高涨，可是训练之后考试分数并没有明显的提升，说到底，是在训练的状况下姿态的变形、不规范导致考试分数从始至终无法明显提高。下面就需要400米阻拦“通关秘籍”跟你说如何随便轻松玩阻拦场吧！

关：超过三步桩

通关能力：跑到起跨线前沿，一脚蹬地，另一腿向前迈开一大步，用前脚底板踏在根桩表层。接着蹬地腿迅速向前迈开一大步，用脚底板踏在第二根桩表层。后边再踏在第三根桩表层，然后另一脚蹬离桩朝往前迈出一大步，在端线前碰地。