

定西百米障碍训练器材报价 窗口靶价格 移动障碍器材厂家

产品名称	定西百米障碍训练器材报价 窗口靶价格 移动障碍器材厂家
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	200.00/件
规格参数	
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

产品详情

400米障碍跑的发令发令员发令时使用发令枪或发令旗、鸣哨的同时，上举的发令旗立即向下挥动。发令员口令分"各*位"，鸣枪或鸣哨，发出"各*位"的口令后，应等所有受测者身体稳定时，鸣枪或鸣哨。发令员认为起跑不公允或有人犯规，应鸣哨召回所有受测者重新组织起跑。受测者在起跑过程中，累计出现两次犯规，取消受测者的测试资格。

400米障碍器材 三人协作攀登墙 木质结构 厚0.5米，高2.8米，宽2米，墙上平台宽0.3米，距离上沿0.7米，底座和边框采用角铁固定。可做移动和固定式，尺寸可定做

我公司主要经营400米障碍，300米障碍，部队训练器材，军用双杠，军用器材，室外健身器材，篮球架，百米障碍器材

400米障碍本身也是非常能锻炼人的训练。它要求军人能奔跑、跳跃、攀越、支撑平衡和钻爬，不仅要有爆发力，还要有耐力、协调性、灵敏度，重要的是能让人变得勇敢果断，以及必要的拼搏精神。障碍训练中，容易受伤的情况便是临近障碍物时心里产生恐惧，想过又不不想过，步子开始收小，身体突然僵硬，各种机能下降，跑不动跳不起，勉强通过造成危险。而这些心理建设在某些程度上，比身体素质更重要。

四百米障碍器材训练方法

一百米：百米冲刺到对面

二百米：通过五步桩、跃深坑、飞矮板、上高板凳、越高低台、上云梯、登独木桥、高板墙、钻铁丝网

三百米：跳低桩网、过高板墙、钻桥墩、过云梯、过高低台
钻矮板墙、下深坑（2M）、三步桩 四百米：百米冲刺返回