

成都400米障碍器材 训练场单双杠标准尺寸

产品名称	成都400米障碍器材 训练场单双杠标准尺寸
公司名称	盐山洛龙体育器材销售有限公司
价格	1800.00/件
规格参数	品牌:洛龙 规格:标准 产地:河北
公司地址	盐山县杨集乡开发区
联系电话	0317-8204185 15175725461

产品详情

成都400米障碍器材 训练场单双杠标准尺寸

400米障碍全程要通过十四个障碍物，通常训练都是遵循先单个、再半程、后全程的原则。

400米障碍的训练中，通过跨桩、壕沟、矮墙等跨越类障碍物以及高板跳台、水平梯、高墙等蹬越、攀越类障碍物时，助跑、起跳、撑臂等动作，要求受训者具备良好的弹跳力和爆发力。