

# 荆州户外特警5项障碍器材 部队体能训练器材 百米障碍场

产品名称	荆州户外特警5项障碍器材 部队体能训练器材 百米障碍场
公司名称	河北省达创体育器材有限公司
价格	3700.00/件
规格参数	型号:DC-014 品牌:达创 产地:河北
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

## 产品详情

5斜板荡绳主要尺寸：宽4米，高7.5米、长14米;两平台内侧间距7米;主要组成:由荡绳主架、平台、斜板、防护海绵垫组成

加厚板材平地跑刚开始时，自然地加深呼吸，呼吸的节奏要和跑的节奏相配合，终点跑时呼吸的频率和深度有所增加，通过障碍时，可“闷气”用力。通过障碍物后，应及时调整呼吸，着重将气呼出，呼吸是利用鼻和半张开的嘴进行的，呼吸方法与中长跑基本相同。400米障碍是我军传统体育训练项目，通过训练能够发展在行动中的奔跑、跳跃、攀越、支撑、平衡、钻爬等综合技能。

户外5项障碍器材建议在这个课目训练中安排至少两个人进行保护，一左一右，必要时可安排4人保护。随着训练人的行进张开双臂跟进移动，出现不测可及时上前抱住或抓住。的人容易向前倾倒摔下，启动速度慢的容易后仰摔下。

户外5项障碍器材稍有不稳就会重重地从高空摔下，造成极其严重的后果。独木桥保护。高板是障碍中靠前的课目，高板的保护。当训练进入后半程，训练人员疲惫，容易腿软从高板摔下，是此课目发生危险的高峰期。

主要材料：主立柱采用 159毫米钢管，管壁厚度为4.5毫米;平台面高1.7米宽1米长3.85米，主要材料80槽钢、50方管及2.5毫米厚防滑钢板