

陕西400米障碍器材 体能训练单双杠

| | |
|------|-------------------------|
| 产品名称 | 陕西400米障碍器材 体能训练单双杠 |
| 公司名称 | 河北胜川体育器材制造有限公司 |
| 价格 | 1200.00/件 |
| 规格参数 | 品牌:胜川 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 | 13001482136 |

产品详情

陕西400米障碍器材 体能训练单双杠

，400米障碍本身也是非常能锻炼人的训练。它要求能奔跑、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