

军犬组合训练架支队警犬训练产品供应器材

产品名称	军犬组合训练架支队警犬训练产品供应器材
公司名称	沧州市彭越体育器材制造有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:凯超彭越 颜色:军绿 型号:023
公司地址	海兴县县农场开发区
联系电话	15100761333 15100761333

产品详情

普遍400米阻碍训练伤

1.木桩

主要的难题有可能出现在踏桩成空促使重心不稳而跌倒或者脚裸，具体并很少见。

2.大坑

弹跳大坑时，因为跳起相对高度和效率不足，跳起后撞击到大坑另一侧边沿，常产生胫腓骨骨折。亦或因为落地式不稳定促使重心点往后仰，翻入大坑，导致头后背损害。此外，回程中往上攀登时手臂搭壕沟姿势落实不到位易造成手肘损害。

3.护墙

相对高度低，难度系数小，但负伤占比高，因过度追寻速率而忽略了方法，精神上注重的水平不太高，易出现骑跨伤和前臂骨折。

4.高板

爬板环节中，因为跳起目标和幅度掌握不合理，非常容易损害肩胛骨及肋巴骨，或者重心不稳往后倾翻。此外往下跳时缺乏和保护缓存易造成膝关节、膝盖骨的损害，前面一种产生占比比较高。

5.梯子

从上边根据，往下跳时缺乏和保护缓存易造成膝关节、膝盖骨的损害，似有脱位安全事故，但多发生骑跨伤或坠落所造成的身体损害，从梯子下边悬吊训练根据时，因为全身上下融洽用劲不合理易导致肩关节脱位或关节的挫伤。

6.高低杠

全过程中容易失去重心造成从高低杠上坠落，撞击到胸腹部损伤肋巴骨或腹腔，或者在坠落时要手撑地导致前臂骨折，除此之外，根据高低杠后往高低杠上往下跳的过程当中缺乏和保护缓存易造成膝关节、膝盖骨的。

7.砖墙

翻过环节中重心点变换不到位，导致人体其他部分首先落地式产生坠落伤，如腕关节等。往下跳时损害与往下跳高低杠损害类似，以拓骨损害易患。

8.低桩网

在战术动作爬行的过程当中，因为用劲视角不合理导致上臂皮肤擦伤，亦或在返还时跨越环节中跌倒。

普遍400米阻碍训练伤如上所述。除开培养严谨练习、把握正确练习方法以外，明白怎样保护自己，在负伤后妥善处理也是十分重要的！

四百米障碍训练法；一百米：百米冲刺到正对面 二百米：根据五步桩、跃大坑、飞矮板、上高凳子、越高低台、上梯子、登铁桥、高护墙、钻铁网三百米：跳低桩网、太高护墙、钻桥桩、过梯子、过高低台、钻矮护墙、下大坑（2M）、三步桩，四百米：百米冲刺回到

我们公司产品标准,两道杠价钱,单双杠生产厂家,400米阻碍器械多少钱一套,跨桩、壕沟、护墙、高板跳水台、铁桥、砖墙、低桩网,爬绳爬杆攀爬架,交通标志杆,木马病毒,奶羊,阻碍机等器械

水准梯；长5.米、宽0.6米、高2.4米，横杠直0.03-0.04米，横杠间跨0.5米，距高板跳水台0.3米。

铁桥；长5米，路面宽20公分厚13cm，高1.3米，斜柱长2米 宽0.2米

。桥底下立杆间距1-1.3米，柱应漆上红、白相间色调。

砖墙；宽、高各2米，厚20公分。