

## 训练比赛 户外双杠

产品名称	训练比赛 户外双杠
公司名称	盐山圣杰体育器材经销处
价格	480.00/套
规格参数	圣杰:SJ-111 003:SJ-112 004:SJ-113
公司地址	盐山县龙海西路益民小区1号楼1单元601室
联系电话	13833732750

## 产品详情

过400米障碍器材训练的队形和口令。通过单个障碍物和分段训练时，成横队站于障碍物一侧，下达"第1名，出列"的口令时，第1名出列取捷径走到准备位置自行稍息，听到"前进"的口令后，开始练习。练习完毕自行入列。此时，第2名自动出列走到准备位置稍息，听候口令依次进行练习。采用流水作业法练习时，成纵队，下达"距离X步——前进"的口令。调换障碍物时，下达"停止操练"的口令，并指定调换地点，再下达"各班带开"的口令，各班跑步到达指定位置后，开始操练。进行全程练习时，下达"预备"，"前进"的口令

部队400米障碍器材,包括双绳水池、轮胎墙、独木桥、层楼、软体斜绳、高栏、方窗、圆形洞、爱尔兰高板、连续矮墙、水平悬梯、斜墙壕沟、低桩网。在全长三百米(可折返设置)的跑道上，要求场地平坦，土质较硬，边线铺设道牙石，各个障碍物相邻边缘至一定的距离。