

没有固定场地 移动式400米障碍赛了解一下

产品名称	没有固定场地 移动式400米障碍赛了解一下
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	3000.00/件
规格参数	品牌:广胜 型号:001 产地:河北沧州
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

产品详情

通过障碍物前后的跑进方法。通过垂直障碍物前，跑的动作要轻松，自然，身体**平稳地前移，具有明显的加速节奏，使人体产生较大的向前速度，以增加起跳时的支撑反作用力和加快起跳动作的速率，从而加强蹬地起跳的效果。通过垂直障碍物后，人体落地时冲击力较大，要注意降低身体**，屈膝缓冲，随之蹬地起动，继续跑进。通过水平障碍物（壕沟、低拉网、跨桩）之前，要保持已获得水平速度，加速节奏要明显。通过障碍后，要利用身体向前的冲力，保持水平速度，继续跑进通过百米障碍赛的训练，提高参与者的奔跑、跳跃、攀爬等各项体能，使参与者正确对待竞争中的得与失，理解团队协作的重要性。低桩网、高低跳台、高墙、木桥、矮墙、深坑、跳桩等。可以根据训练的要求来定制项目的数量及场地大小消防木桥是比武项目救助技术综合操所需的器材，这个项目的训练目的是提兵在消防车辆无法到达事故现场情况下，携带器材装备完成穿越沟漕、高墙、木桥、丛林、山洞等障碍开展救援的能力。