

400米障碍介绍 济南四百米障碍生产厂家

产品名称	400米障碍介绍 济南四百米障碍生产厂家
公司名称	河北胜泽体育设施有限公司
价格	100.00/件
规格参数	
公司地址	河北省盐山县望树镇工业区
联系电话	0317-6352757 13903173433

产品详情

400米障碍全程共有七组障碍。因为要正反各通过一次，应该说全程要通过14次障碍物。全程由以下七个障碍物所组成：跨桩、壕沟、矮墙、高板跳台水平梯、独木桥、高墙、低桩网。通过顺序是：100米跑 绕过标志旗转弯 跨越三步桩 跨越壕沟 跳越矮墙 通过高板跳台 通过独木桥 攀越高墙 钻爬低桩网 绕过标志旗转弯返回 跨越低桩网 攀越高墙 绕行独木桥下立柱 通过高板跳台 钻越洞孔 跳下攀上壕沟 跨越五步桩 绕过标志旗转弯 100米跑至终点。

障碍器材注意事项：

- 1、攀越高墙。身体由高墙上通过。
- 2、绕过桥柱。身体必须绕过每根柱子。
- 3、通过跳台高板。身体由两台面和高板上方通过。
- 4、钻越洞孔。身体从洞孔穿过。
- 5、跳下攀上壕沟。跳下壕沟后再攀上。
- 6、5步通过跨桩。脚依次踏在5个桩面上通过，身体不得触及前后标志线之间的地面。
- 7、全程跑中应按各个障碍物规定的方法通过。若某障碍物未按规定动作通过，则该障碍物必须重新通过，否则不计成绩。