

## 拓展器材生产厂家

产品名称	拓展器材生产厂家
公司名称	沧州昌冠体育设施有限公司
价格	.00/件
规格参数	
公司地址	河北省盐山县城南开发区
联系电话	13931752365

## 产品详情

沧州昌冠体育设施有限公司 400米障碍器材生产厂家障碍体能训练器讲解：矮墙是400米障碍中的三组障碍物，规格是宽2米、高1.1米、厚0.2米，学习和掌握通过矮墙的技术，可以提高我军官兵的跳跃能力，为战时能够快速通过此类障碍物打下良好的基础。通过矮墙主要有三种方法：(1)一手一脚支撑跳跃式；(2)一手支撑跳跃式；(3)蹬踏式。动作要领：跑至矮墙前1.5米处，一腿用力蹬地起跳，身体向前上方跃起，另一腿向侧前上方提起，异侧手(手指向前)支撑与矮墙上沿，身体跃至墙上略收腹含胸，起跳腿迅速屈膝提起，小腿收于胯下，并越过矮墙着地，同时支撑手推离矮墙，身体前倾，摆动腿着地继续跑进。保护与帮助：平凉400米障碍器材生产厂家障碍体能训练器保护者在被保护者通过时手扶其支撑臂帮助通过，对操练者采用拦、搂、抱的方法加以保护。

体能测评。主要是两个项目：纵跳摸高和10米×4往返跑。

纵跳摸高测试的是弹跳能力，测试时不能助跑，不能借助外力，如鞋子、手套、超过0.3厘米长的指甲。男子要求纵跳摸高 2.65米，女子要求纵跳摸高 2.3米。

训练器材生产厂家，连续矮墙；为砖墙结构，三矮墙高1米、宽3.5米、厚0.4米（37墙），二矮墙高1.2米，其他同道矮墙。

水平悬梯；水平悬挂于钢架上，长9米，宽0.5米，离地面高2.5米

斜墙壕沟；为砖墙结构，斜墙长7.5米，坡度30度，坡高2.1米，壕沟长宽深分别为2.6米、3.5米、2.1米。

高墙；东墙高2.2米，西墙高4米，厚0.4米（37墙），宽4米

低桩网；长10米，宽2米，离地面高0.6米。

木桥；长9米，桥面宽0.3米，高1米；斜板与地面成45度角。

层楼；楼高5米，窗宽0.8米，窗高1.5米，上下窗距0.85米

软梯斜绳；软梯宽0.5米，高7米，梯格间距46cm，用钢丝和钢管制成，斜绳长20米，用直径16mm的钢丝制作

高栏；高2.5米，中栏距地面1.5米，低栏距地面0.75米，栏宽2米。

方窗；为砖墙结构，墙高2.7米，墙宽3.5米，墙厚0.37米，窗台高1.25米，宽0.8米，窗高1米，并列设两个窗口。

圆形洞；为砖墙结构，墙高2米，墙宽3.5米，墙厚0.37米，圆洞直径0.65米，下沿距地面高1.1米。并列设两个圆洞，圆洞间距1米。

爱尔兰高板；高2米，板宽0.2米，板长3.5米。