

# 天津特警110米器材,拓展8项训练器材,综合障碍器材厂家

产品名称	天津特警110米器材,拓展8项训练器材,综合障碍器材厂家
公司名称	河北胜泽体育设施有限公司
价格	999.00/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

特警110米器材,拓展8项训练器材,综合障碍器材厂家,通过400米障碍400米障碍是通过由7组障碍,14个障碍物,所构成的往返全程400米的障碍场的军事体能训练项目,其通过的顺序是:平跑100米—转弯—跨越3步桩—跨越壕沟时跳越矮墙—攀越高板跳台—通过独木桥—攀越附—匍匐通过低桩网—转弯(返回)—跨越低拉网—攀越附—绕行桥柱—跨越高板跳台—钻越洞穴—跳下攀上壕沟—跨越5步桩—转弯—100米终点。(一)作用通过400米障碍是传统军事体育训练项目之一,也是体能训练中的重要项目之一.通过障碍训练能发展人在军事行动中所需要的奔跑,跳跃,攀越,支撑平衡和钻爬等本技能,并能提高速度,耐力,协调,灵敏等身体素质,培养勇敢,坚韧不拔的意志,为战时迅速通过各种人工和天然障碍物打下良好基础。(二)准备活动1,一般准备活动.(1)振臂运动,4×8拍;(2)扩胸运动,4×8拍;(3)体侧运动,4×8拍;腹背运动,4×8拍;(5)压腿运动,4×8拍;(6)转髋运动(快速),4×8拍;(7)跳跃运动,4×8拍.2,专门性准备活动.(1)慢跑400米;(2)小步跑30米×2次;(3)高抬腿跑40米×2次;后蹬跑30米×2次;(5)加速跑60米×2次.特警110米器材,拓展8项训练器材,综合障碍器材厂家

我公司主要经营400米障碍,300米障碍,部队训练器材,军用双杠,军用器材,室外健身器材,篮球架,百米障碍器材