

拉萨四百米渡海登岛障碍设施 渡海登岛训练方法

产品名称	拉萨四百米渡海登岛障碍设施 渡海登岛训练方法
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	.00/件
规格参数	品牌:广胜 型号:003
公司地址	盐山县望树镇宋庄村（注册地址）
联系电话	0317-8255176 15373379958

产品详情

技巧攻略：“点”要踩实，重心稳定，克服恐高。

障碍十：模拟沙滩

障碍简介：模拟沙滩由沙子铺垫而成，模拟海边沙滩登陆，锻炼训练者的沙滩冲刺能力。

完成方法：迈大步跑步通过。

模拟沙滩

技巧攻略：尽力摆臂，全力冲刺 [2] 。

注意事项千万注意，没有保护人员的情况下不要私自去过障碍，[安全](#)永远排在第一位 [5] 。

研发团队渡海登岛400米障碍场400米障碍是部队官兵日常训练的一项重要课目，我军常见的障碍有老式和新式两种，分别针对不同的战场环境进行设置。老式400米障碍大家相对接触的多一些，新式的就是一

—渡海登岛400米障碍 [1] 。

主要内

1.通过软桥