

天津部队训练400米障碍器材 全套百米障碍价格

产品名称	天津部队训练400米障碍器材 全套百米障碍价格
公司名称	盐山多利达文体器材有限公司
价格	550.00/件
规格参数	品牌:多利达体育 材质:钢管 规格:标准
公司地址	盐山县盛世佳苑1号楼2单802室
联系电话	0317-5129521 15231799390

产品详情

天津部队训练400米障碍器材 全套百米障碍价格

内蒙古呼和浩特、包头、乌海、赤峰、通辽、鄂尔多斯、呼伦贝尔、巴彦淖尔、乌兰察布

单个场地长100米，宽6米，面积600平方米。跑道全程200米，土质地面，有条件的可铺设塑胶，共设置10个障碍物。各障碍物的距离为：起点至高架速降5米，高架速降距独木跨桥18米，独木跨桥距倒木翻越16米，倒木翻越距塔头跳跃16米，塔头跳跃距峭壁吊绳14米，

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。

四百米障碍器材每项安装间距尺寸，转折旗距跨桩5米，跨桩距壕沟10米，壕沟距矮墙15米，矮墙距高板跳台、水平梯15米，高板跳台、水平梯距独木桥20米，独木桥距高墙18米，高墙距低桩网10米，低桩网距转折旗7米。

四百米障碍训练方法

一百米：百米冲刺到对面

二百米：通过五步桩、跃深坑、飞矮板、上高板凳、越高低台、上云梯、登独木桥、高板墙、钻铁丝网

三百米：跳低桩网、过高板墙、钻桥墩、过云梯、过高低台、钻矮板墙、下深坑（2M）、三步桩

四百米：百米冲刺返回