

## 铜仁移动400米地桩网,移动400米障碍,型号

产品名称	铜仁移动400米地桩网,移动400米障碍,型号
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	2500.00/件
规格参数	名称:跃羚 产地:河北 运输方式:物流
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	0311-83111974 15613157513

### 产品详情

如果说3000米、5000米跑折磨得是人的肺，那么400米障碍跑磨练得是皮肉，因为要所有科目相当困难，又很容易受伤，所以老们都说：“宁跑五公里，不上四百米”400米障碍跑既然这么困难又这么危险，为什么要训练?这个距离为什么不是200米、800米或者1000米?其实这里面还挺有讲究。

类似400米障碍跑的项目在全的中都存在，只是障碍设置和规定的时间不同，400米障碍跑就是一项技能和体能训练的体。老话说的好，身体是的本钱。没有好的身体上了就是活子，不想当活子就必须要有几把“刷子”。自建以来一直很注重技能训练。铜仁移动400米地桩网,移动400米障碍,型号

早在时期，每逢“五一”“八一”、十月节等重大节日，就常常组织障碍跑、投弹、马刀、抬担架、爬云梯等比赛，用来提振士气。为的提高水平，1978年，作出《关于加教育训练的决定》，要求把整顿好、训练好，不巧的是年西南边境小鬼扰乱，越境挑衅，我不得不自卫反击，这一反击持续时间不长，但后期的扰乱却长达十年之久，奉在边境山地、丘陵，甚喀斯地貌地区长期坚守。