

## 下肢力量专项训练器 综合训练架 爬绳杆架

|      |                         |
|------|-------------------------|
| 产品名称 | 下肢力量专项训练器 综合训练架 爬绳杆架    |
| 公司名称 | 河北胜川体育器材制造有限公司          |
| 价格   | 2000.00/件               |
| 规格参数 | 品牌:胜川<br>规格:标准<br>产地:河北 |
| 公司地址 | 盐山县杨集乡开发区               |
| 联系电话 | 13001482136             |

## 产品详情

### 下肢力量专项训练器 综合训练架 爬绳杆架

三角肌组合训练器、深蹲力量组合训练器、高拉组合训练器、下肢力量专项训练器、卧拉组合训练器、卧推力量组合训练器、胸大肌组合训练器、引体向上组合训练器、腹肌组合训练器、背肌组合训练器、下肢频率组合训练器、坐推组合训练器

400米障碍跑的体力分配。400米障碍跑要求用“均匀”速度跑完全程。400米障碍要先100米平地跑后，才通过障碍物。它要往返200米，通过14个障碍物。顺利快速地通过障碍物是完成全程的重要保证。因此，0米平地跑要求快速，轻松省力。在障碍与障碍之间的跑进中，应有步点调整阶段，即在通过障碍物后要调整好步点，在通过下一个障碍物前，要稍加快跑速，节奏明显，达到顺利快速地通过障碍物的目的。当所有障碍物通过后，即转入终点跑，要求全力以赴，发扬顽强拼搏精神跑到终点。