

## 特警体能训练器材训练场 特警八项训练器材 心理训练场

产品名称	特警体能训练器材训练场 特警八项训练器材 心理训练场
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	2000.00/件
规格参数	品牌:广胜 型号:0027 产地:河北沧州
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

### 产品详情

公安特警八项训练所设定的难题是体能训练方法中的重要项目之一，由低桩网、2.4米砖墙、普通高中软网、高架桥速降、斜绳渡船、西班牙高板、多少栏及弧型肋木等8组阻碍组成，接下来小编就将公安特警八项训练科目分享给大家，让大家都有一些大致的了解和认知。

#### 低桩网

曲膝低头,人体往前下下击暴流,太低桩网用的都是低姿匍匐前进，靠手和脚使力。

## 西班牙高板

根据西班牙高板练习，可以增强培训人员的腿部训练及其胳膊的能量

## 弧型肋木

抵达弧型肋木前适度降速，要留下充足弹跳的能量，抓物坚固后向前健身运动，运用人体的惯性力加速手臂运动工作频率便能迅速根据。