

400米渡海登岛障碍标准 黑龙江模反恐模拟街区训练器材厂家

产品名称	400米渡海登岛障碍标准 黑龙江模反恐模拟街区训练器材厂家
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:028 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

其场地设置采用4次回转，共10个障碍项目，依次是软桥、螺旋梯、高低横木、绳网、轮胎攀台、摇摆平台、晃动横梯、跨网、阻绝墙、模拟沙滩。

在部队和军校中，四百米渡海登岛是一项重要的体能考核项目，许多体能优异的战友在这个课目上总是离满分标准差一点，还有些小伙伴拼尽全力也还是没能跑进及格线。眼看又快要考核了，这可咋办？

别着急，下面就奉上通关秘籍，只要照此法潜心“修炼”，必定让你及格很轻松，满分不是梦！

一、软桥

障碍介绍：软桥是四百米渡海登岛中的第一个障碍。障碍设置模仿水中浮桥，主要考验受训对象的身体平衡能力和协调性。

通关秘籍：重心放低步子准，目光平视身体稳。速度越快晃动小，找准中线匀速跑。

