

# 太原四百米障碍,400米障碍赛,材质

产品名称	太原四百米障碍,400米障碍赛,材质
公司名称	河北跃羚体育器材有限公司
价格	2200.00/件
规格参数	品牌:跃羚 产地:河北 运输方式:物流运输
公司地址	河北省石家庄桥西区槐安路246号
联系电话	19933047934 19933047934

## 产品详情

这时，“你别动，我上来，你抓住我的肩膀，把腿跨过横杆。终于，在两个班长的鼓励下，于翻过了心里的那道“墙”，成功通过了绳网这个障碍。谁英雄谁好汉，障碍场上比比看!经过3个课时的训练，们已经基本掌握了障碍的通过方法。开始安排保护人员，准备对们进行次考核。

为了不让有太多心理压力，这次考核只是记录了时间，并没有通报成绩。但班长们还是放心不下班里的小同志，重述了一遍每个障碍的通过方法和要点，再三叮嘱一定要注意!太原四百米障碍,400米障碍赛,材质

障碍考核结束后，班长们将每个人的成绩记录在案，根据新们的实际情况，有针对性地制定训练计划，使新同志们尽快把障碍训练的成绩上去，只要付出坚持与努力，障碍对你们来说不是梦，向前冲，勇敢地去面对青春的每一个困难与挑战。

梅花桩;由5个直径0.3米，高出地面0.1米的跨桩组成。桩的中点相距2.3米，距离跑道中线0.3米，跨桩中点距端线5米。左边两个跨桩的中点相距2.3米，距离跑道中线0.6米，跨桩中点距离端线6.15米。矮墙;宽2米、高1.1米、厚0.2米。洞孔宽0.5米、高0.4米、下缘距地面0.6米，设于矮墙左侧。