

枣庄百米障碍,移动400米,型号

产品名称	枣庄百米障碍,移动400米,型号
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

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。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。枣庄百米障碍,移动400米,型号

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。坚守很艰苦，摩擦不断，前方打仗，后方，时刻准备。要想在上不吃子，必须学习一些求生的真本事。

1980年我又对训练大纲进行了再修订，突出了陆训练大纲的重要性，障碍400米训练在大力推广。俗话说：400米外拼装备，400米内拼人数。要说为什么要跑这个不长的距离，的就是为了锻炼在距离敌方阵地400米外发起冲锋后，能快速经过上可能会遇到的各种障碍物，需要身体的协调性和爆发力