

移动式400米障碍厂定制独木桥 百米障碍拓展器械生产

产品名称	移动式400米障碍厂定制独木桥 百米障碍拓展器械生产
公司名称	盐山多利达文体器材有限公司
价格	2680.00/件
规格参数	产品类别:体操用品 型号:D-026 颜色:军绿
公司地址	盐山县盛世佳苑1号楼2单802室
联系电话	0317-5129521 15231799390

产品详情

移动式400米障碍厂定制独木桥 百米障碍拓展器械生产

四百米障碍训练方法

一百米：百米冲刺到对面

二百米：通过五步桩、跃深坑、飞矮板、上高板凳、越高低台、上云梯、登独木桥、高板墙、钻铁丝网

三百米：跳低桩网、过高板墙、钻桥墩、过云梯、过高低台、钻矮板墙、下深坑（2M）、三步桩

四百米：百米冲刺返回

一是助跑和起跳的结合。助跑使身体获得较大动能，制动起跳后转化为通过该障碍物所需要的充分的向上的势能及向前的动能，需要练习者积累跑跳动作的经验，并具备良好的弹跳力和爆发力

洞口靶尺寸；移动洞口靶，高度2.45米，宽度2.05米，洞口尺寸0.85米，框架采用优方管，器材表面镶嵌丝网（也可以加工木质）。