

青岛移动式400米障碍,一百米障碍,厂家

产品名称	青岛移动式400米障碍,一百米障碍,厂家
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	2900.00/件
规格参数	名称:跃羚 产地:河北 运输方式:物流
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	0311-83111974 15613157513

产品详情

低桩网;由12根立桩对应分列两行,行距2米,间距1米,桩高出地面0.5米,每对立桩间用弹性材料拉直成横线构成桩网,网下地面以松软的沙层为宜。跑道长100米宽3.5米。转折旗距跨桩5米,跨桩距壕沟10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。

无变形及损坏现象。攀登轮胎时要先用手抓住悬挂轮胎的铁链,稳住轮胎再上脚,这样能提高通过障碍的成功率。从障碍下来时有两种途径,一种是软梯,一种是粗绳,在此建议沿绳滑下,沿绳下降可以节约大量时间和体力,并且动作简单好上手。

单杠,400米障碍器材,跨桩,矮墙,高板跳台,水平梯,独木桥,高墙,战术低桩网,爬绳爬杆架,攀爬架,浪木,抗眩晕固定滚轮旋梯,跳马,三人协作攀登架,墙,窗口洞口,300米障碍器材,卧推架,体能训练综合器材,轮胎墙等训练器材。青岛移动式400米障碍,一百障碍,厂家

可根据客户要求订做。通过400米障碍的呼吸方法。平地跑刚开始时,自然地加深呼吸,呼吸的节奏要和跑的节奏相配合,终点跑时呼吸的频率和有所增加,通过障碍时,可“阔气”用力。通过障碍物后,应及时调整呼吸,着重将气呼出,呼吸是利用鼻和半张开的嘴进行的。

洞孔宽0.5米、高0.4米、下缘距地面0.6米,设于矮墙左侧。高板;高1.8米,长2米、宽0.5米、厚0.05-0.08米。高台;高1.5米,长、宽各1米。低台;高、长、宽各1米。

400米障碍器材可采用一手一脚支撑跳越,一手支撑跳越,或踏蹬跳跃.一手一脚支撑跳越:一腿蹬地起跳,使身体跃上矮墙,起跳腿迅速上提,支撑后推墙,支撑腿前摆着地跑.一手支撑跳越:一腿用力蹬地起跳,身体向前上跃起,越过矮墙着地。