

渡海登岛训练项目介绍400米渡海登岛

产品名称	渡海登岛训练项目介绍400米渡海登岛
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	.00/件
规格参数	品牌:广胜 标准:国标
公司地址	盐山县望树镇宋庄村（注册地址）
联系电话	0317-8255176 15373379958

产品详情

技巧攻略：手脚协调，注意衔接。

障碍四：绳网

障碍简介：绳网为悬垂于地面的铁链网，顶部设有横杆，锻炼训练者的心理素质，克服恐高情绪。

完成方法：由底部攀爬至顶部，翻越横杆，从另一侧抓网踩节点落地。

绳网

技巧攻略：手要抓紧铁链，脚要踩实节点。

障碍五：轮胎攀台

障碍简介：轮胎攀台由吊板、悬挂轮胎、麻绳和软梯等构成，锻炼训练者通过空中障碍物的能力，提升身体的协调性。

完成方法：迅速通过吊板，逐个跳上轮胎，，利用麻绳或软梯落地。