

陕西军事400米障碍器材厂家 榆林部队器材 1百米障碍器械

产品名称	陕西军事400米障碍器材厂家 榆林部队器材 1百米障碍器械
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	800.00/件
规格参数	
公司地址	河北省盐山县杨集乡大郝工业区
联系电话	0317-6352757 13903173433

产品详情

400米障碍器材通过高板跳台。 通过方法。挂臂攀上：一腿蹬地起跳，同侧手攀住高板上缘远端，身体借两臂和腿的合力翻上高板面;立臂撑上：两腿起跳，两臂撑于高上缘，收腹踏上高板;跳下高台和低台：上体前倾，一腿向前下迈步，脚掌踏于低台中部;另一腿向前下迈步，脚掌踏于低台中部;踏低台腿迅速向前迈步跑进。 保护方法。保护者站在高板前一侧，练习者起跳抓板时，保护者双手扶其腰部，防止后仰摔倒。400米障碍器材通过独木桥。

通过方法。单脚蹬地，身体跃起，迅速踏上桥面;跑或走步通过时，身体重心稍降低，保持平衡。至桥端时，单腿着地缓冲。 保护方法。训练前检查平衡木是否牢固，并打扫平衡木上沙土，注意采用自我保护，练习时身体失去平衡即主动跳下，并做好缓冲动作。400米障碍器材绕行独木桥桩。 通过方法。屈膝弯腰，右腿前迈，左手扶第2柱，身体内倾，左腿绕过第2柱后向第3柱前方迈出一大步，依次绕过桥柱

继续跑进。 保护方法。绕行时应注意自我保护，身体尽量前倾以免碰伤头部。

我公司主要经营400米障碍，300米障碍，部队训练器材，军用双杠，军用器材，室外健身器材，篮球架，百米障碍器材