

海东部队转轮浪木生产厂家 固定滚轮厂家批发价格

产品名称	海东部队转轮浪木生产厂家 固定滚轮厂家批发价格
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	650.00/件
规格参数	品牌:胜川 颜色:军绿 产地:河北
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

一套300米障碍参数做法绕行桥桩。 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。

(11) 蹬越跳台高板。 通过方法。单腿起跳，身体跃起，另一腿屈膝上抬，上体前倾，两手撑扶台面。蹬地腿踏于低台，后腿积极向前上抬腿，并踏于高台。随之屈体前移，并推板跳下。 保护方法。保护者站在高板前一侧，当练习者跳下没有站稳时，迅速扶其臂部协助缓冲，以免摔伤。

(12) 钻越洞孔。 通过方法。单腿屈膝支撑，身体向前弯腰伸头，腹部靠拢大腿，两臂前伸，使腿、

头部和两臂同时钻过洞孔。 保护方法。采用诱导式保护法，用口令提醒练习者应注意部位。

(13) 跳下攀上壕沟。 通过方法。屈膝弯腰，单手撑地跳下壕沟。并迅速用力蹬地起跳向上跃起，两手攀于壕壁上缘，撑起身体。随着一腿屈膝上抬，脚或膝跪于壕壁上缘，后腿上提，向前迈步跑进。

保护方法。保护者站在壕沟前壁一侧，当练习者攀不上壕沟或者有失误时，托其臀部给予协助和保护。

(14) 跨越五步桩。 通过方法。跑至越跨线前缘，右腿蹬地，左腿前跨，踏在第1桩面上，右腿前侧跨，踏在第2桩面上，两腿依次跨越第3、4、5桩。 保护方法。运用自我保护，练习时要集中精力，脚要

踩准圆桩

本公司制造产品:军用单杠，军用双杠，部队400障碍器材，组合训练器材，部队训练器材专业生产商。体操用品，篮球架，乒乓球台，足球门，羽毛球柱，网球柱，排球柱，田径器材，海绵垫体操垫，舞蹈把杆,各种户外健身路径。学校塑胶跑道，塑胶材料，场馆运动地板，及各种健身器材各种配件。