

400米障碍训练方法 四百米障碍评分标准

产品名称	400米障碍训练方法 四百米障碍评分标准
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	300.00/套
规格参数	品牌:胜川 参数:SC-008 产地:沧州盐山
公司地址	河北 盐山县 杨集乡 大郝工业开发区
联系电话	0317-6225629 13013226233

产品详情

塔头跳跃

1、主要尺寸：每个塔头地面高5cm，地下预埋20cm，直径

0.3cm，2个塔头之间间距0.85m，整体成S形走向，共10个塔头，整体6米长。

2、水泥浇筑；表面刷漆。

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

主架采用12号槽钢焊接成工字形底座，焊接牢固，角度为标准直角。在工字形底座的基础上焊接槽钢及方管作为立柱，在立柱脚附近焊接四个三角档作为支撑，稳定牢固

比赛用手动液压篮球架价格的箱体采用2-3mm钢板经设备锻折拼接而成；立柱采用130×130mm方管，伸臂1.8m；篮圈离地面3.05m，篮板下沿离地面2.9m；后拉杆采用4×4cm厚壁圆管做成梯型；四个固定拉杆，拉力均稳；拉杆数控折弯，增强稳定性；箱座规格：180×100cm；外表：喷塑。

手动液压篮球的标准直径24.6cm，篮球架篮圈-由坚实的铁料制造，内缘直径少为45公分，为45.7公分。

篮球架篮网-应为白色，悬挂于篮圈上，其目的在使球入篮后能稍受阻力，篮网应有十二目以便悬挂在篮圈上，其长度为40公分，不得超过45公分。

仿液压篮球架特点：产品可完成篮球架底座升起，行走，定位动作；另设有保险安全机构，用以满足篮球架在使用过程的平衡，安全等条件。

仿液压篮球架篮板：钢化玻璃篮球板\弹簧篮圈.注:可随意更换为钢化玻璃篮球板。优点：安全防爆的钢化玻璃篮板。仿液压篮球架篮板采用高强度的钢化玻璃材料制作，为铝合金框（坚固耐用），贴有美国进口钛金铁钾防爆膜。规格：180*105cm.，具有透明度高，抗冲击力强，外形美观大方，安全防护性能好等特点。

要是走在篮球设施的市场里面你会发现现在有非常之多的篮球架类型，各种各样的篮球架类型琳琅满目让你眼花缭乱，而这些篮球架也是各有各的特点，会根据不同的使用途径以及不一样的环境选择合适的篮球架来安装使用。