

菏泽训练特警八项障碍器材生产厂家 器材颜色 定制发货

产品名称	菏泽训练特警八项障碍器材生产厂家 器材颜色 定制发货
公司名称	河北胜泽体育设施有限公司
价格	750.00/件
规格参数	品牌:胜泽 标准:国标 产地:河北
公司地址	河北省盐山县望树镇工业区
联系电话	0317-6352757 13903173433

产品详情

400米障碍是由由7组障碍,14个障碍物,所构成的来回全过程400米障碍场的军事体能训练新项目,其根据的顺序是:平跑100米—拐弯—超越3步桩—跨越壕沟时跳越护墙—攀登高板跳水台—根据过独木桥—攀登附—葡萄根据低桩网—拐弯(回到)—超越低搬网—攀登附—绕道桥柱—超越高板跳水台—钻越洞孔—往下跳搭上壕沟—超越5步桩—拐弯—100米终点站.

(一)功效根据400米障碍是传统军事体育训练项目之一,都是体能训练方法中的关键项目之一.根据障碍练习能发展趋势人们在作战中所需的飞奔,弹跳,攀登,支撑点均衡和钻爬等本技能,并且能够提高速度,体力,融洽,灵巧等体质,塑造英勇,不屈不挠的意志质,为临战快速通过一些人力和障碍物奠定优良础.

高板是阻碍中靠前的科目，大部分朋友可能发生的关键是缺乏活力或是人体过多歪斜前摔下来高板的保护。倪侃摄当练习进到后程，练习工作人员疲倦，非常容易脚软从高板摔下来，是此科目发生意外的高峰期。提议分配一人或两个人维护，伸出手虚抱练习人腹部或屁股护墙的保护。