

北京军队障碍训练器材生产厂家 体能训练器材制造批发

产品名称	北京军队障碍训练器材生产厂家 体能训练器材制造批发
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	1000.00/件
规格参数	品牌:胜川 标准:国标 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

四百米障碍跑训练技巧

400米障碍跑的体力分配。400米障碍跑要求用“均匀”速度跑完全程。400米障碍要先100米平地跑后，才通过障碍物。它要往返200米，通过14个障碍物。顺利快速地通过障碍物是完成全程的重要保证。因此，前100米平地跑要求快速，轻松省力。在障碍与障碍之间的跑进中，应有步点调整阶段，即在通过障碍物后要调整好步点，在通过下一个障碍物前，要稍加快跑速，节奏明显，达到顺利快速地通过障碍物的目的。当所有障碍物通过后，即转入终点跑，要求全力以赴，发扬顽强拼搏精神跑到终点。

我们的障碍训练器材拥有以下优

势

多功能设计百米障碍器材可以进行多种不同的训练项目，包括攀爬、跳跃、爬越、绳索下降等。

可拆卸组装障碍器材采用模块化设计，方便拆卸和组装，便于携带和储存。

安全可靠产品表面光滑，没有明显的锐角和尖刺，不会对训练者造成伤害。

稳固耐用障碍器材结构稳定，承重能力强，经久耐用。