

# 华阴军队障碍场器材多少钱一套 400米障碍器材高墙厂家价格

产品名称	华阴军队障碍场器材多少钱一套 400米障碍器材高墙厂家价格
公司名称	河北胜泽体育设施有限公司
价格	800.00/件
规格参数	品牌:胜泽 颜色:军绿 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米障碍器材高墙价格400米障碍场上进行训练的人数也越来越多。训练场上人满为患，有的人在为规范动作而训练，有的人在为步伐衔接而训练，也有的人在为那1秒成绩的提高而训练。但小编发现，虽然大家训练的热情愈加高涨，不过训练之后成绩并没有明显的提升，究其原因，是在训练的时候动作的变形、不规范导致成绩始终很难有所提高。下面就让400米障碍“通关秘籍”告诉你如何轻松玩转障碍场吧！

**关：跨越三步桩通关技能：**跑到起跨线前沿，一脚蹬地，另一腿向前跨出一大步，用前脚掌踏在根桩面上。随即蹬地腿迅速向前跨出一大步，用脚掌踏在第二根桩面上。后脚再踏在第三根桩面上，随后另一脚蹬离桩面向前迈出一大步，在端线前着地。

**第二关：跳跃矮墙通关技能：**一脚蹬地起跳，使身体跃上矮墙，起跳腿迅速上提，单手支撑推墙越过。

**第三关：高板跳台通关技能：**一脚蹬地起跳，同侧手臂握住高板上缘远端，身体借两臂和腿的合力翻上高板面。

**第四关：爬跃水平云梯通关技能：**踏高台腿前

迈的同时，双手抓住水平梯的杠，另一腿从低台上跃起，趁势攀上水平梯，手脚并用，快速通过，到后横杠时，双手扶杠跳下。第五关：通过独木桥通关技能：单脚踏地，身体跃起，迅速踏上桥面，跑步通过时，身体重心稍降低，保持平衡，跳下时，单脚着地缓冲。budui400米障碍场设施器材生产厂家军用双杠价格第六关：攀越高墙通关技能：单腿起跳，两手攀、撑于高墙上缘，身体成一手一脚支撑于高墙之上。第七关：匍匐地桩网通关技能：在次通过时匍匐通过。跑至网前约1.5m处，上体向前下俯冲，顺势钻入网下，用力匍匐前进。出网时，两臂撑起上体，使身体向上方跃起，另一条腿迅速前迈。第二次通过时跳跃通过，单腿蹬地，跨过根网线着地。后腿蹬离地面后，小腿向上外翻绕过根网线，并迅速前摆跨过第二根网线着地。两腿依次交替跨过其它四根网线。

我公司体操运动垫、篮球架、排球系列、羽毛球柱、网球柱、足球门系列、乒乓球桌系列、体质测试系列、体操系列、田径系列、举重系列、有氧健身系列、康复系列、健身路径系列。本公司产品通过iso9001:2000国际质量管理体系认证、iso14001环境管理体系认证和ohs职业健康管理体系认证，是中国平安保险公司产品责任险承保单位、国家体育总局审定单位、国家质量监督检验中心定点单位。北京体育健身总汇以过硬的产品质量、真诚的服务理念、全面的售后服务、程式守信赢得广大消费群体的xinlai。我公司生产销售篮球架、室内健身器材、有氧系列器材、室内外乒乓球桌、高中档台球桌、羽毛球柱系列、网球柱系列、排球柱系列、体操系列、田径系列、学校教学产品系列、全民健身系列等体育器材、休闲用品。我公司一贯坚持“质量，用户至上，优质服务，守信合同”的宗旨，公司全体员工以开拓创新的精神与真诚的服务的态度为理念

第八关：悬挂通过水平梯 & 蹬越跳台高板通关技能：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，后腿上抬，向前两步跑进。budui400米障碍场设施器材生产厂家军用双杠价格第十一关：跨越五步桩通关技能：跨越线前沿，右脚蹬地，左脚前跨，踏在桩面上，右腿前侧跨，踏在第二桩面上，两腿依次跨越三、四、五桩，继续跑进budui障碍场器材多少钱一套400米障碍器材高墙价格