

云南整套军队训练器材400米障碍价格 厂家定制百米障碍设施

产品名称	云南整套军队训练器材400米障碍价格 厂家定制百米障碍设施
公司名称	盐山多利达文体器材有限公司
价格	550.00/件
规格参数	品牌:多利达体育 材质:钢管 规格:标准
公司地址	盐山县盛世佳苑1号楼2单802室
联系电话	0317-5129521 15231799390

产品详情

云南整套军队训练器材400米障碍价格 厂家定制百米障碍设施

四百米障碍器材每项安装间距尺寸，转折旗距跨桩5米，跨桩距壕沟10米，壕沟距矮墙15米，矮墙距高板跳台、水平梯15米，高板跳台、水平梯距独木桥20米全程通过400米障碍需要连续通过8组障碍物，正反向各通过一次，通过多年的训练实践，发现在这些障碍物中跨越矮墙、攀板（该动作是攀板跳下跳台的一部分，本文只讨论攀板的动作）、通过水平梯、攀越高墙等几个通过单个障碍物的技术是难点所在。

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、登独木桥、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

独木桥距高墙18米，高墙距低桩网10米，低桩网距转折旗7米

