

军人400米障碍尺寸规格参数 300百米移动障碍厂家

产品名称	军人400米障碍尺寸规格参数 300百米移动障碍厂家
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 颜色:军绿 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

400米障碍尺寸不用固定 百米移动障碍厂家价格四百米障碍的内容：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。移动式400米障碍厂家 浙江budui400米障碍独木桥尺寸

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。

400米障碍平地跑的动作技术。平地跑动作可分为出发跑，转弯跑和终点跑等。(1)出发跑:是指从起点到个障碍物前的100米跑。起跑姿势可采用站立式或俯卧式起跑;跑的动作技术与短跑途中跑动作基本相同。动作应放松，步幅开阔，节奏明显。(2)转弯跑:400米障碍全程要经过三次弯跑。弯跑时身体向内倾斜，加大外侧腿的后蹬力量和摆动幅度，并用脚掌内侧着地，外侧臂相应地加大摆动的力量和幅度。内侧腿向内转，脚向内沿转并用脚掌外侧着地，同侧臂摆动略小于外侧臂。(3)终点跑:终点跑是指从后一个障碍物到终点的100米冲刺跑。跑的动作技术与短跑的途中跑和终点撞线的动作基本相同相关产品：移动400米障碍，400米障碍厂家，400米障碍独木桥，移动式400米障碍尺寸不用固定百米移动障碍厂家