

## 重庆400米障碍厂家一套价格产品标准尺寸图及价格

|      |                               |
|------|-------------------------------|
| 产品名称 | 重庆400米障碍厂家一套价格产品标准尺寸图及价格      |
| 公司名称 | 盐山多利达文体器材有限公司                 |
| 价格   | 1650.00/件                     |
| 规格参数 | 品牌:多利达体育<br>型号:D-018<br>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

### 重庆400米障碍厂家一套价格产品标准尺寸图及价格

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，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。400米障碍场按器械固定方式可分为两大类：一为固定式，一为可移动式，以下介绍仅以移动类为建设标准。根据实际需要分为单道和多道场地两类，

各建设单位可根据实际情况选用，一般单道和双道较多，单道不小于长100米，宽4米，包括宽2米障碍道、宽2米跑道，总宽不应低于4米，多道场地长应不低于100米，宽度不应低于4xN米(N为障碍道数)。特殊情况下，场地长度不到100米，亦可采用回折方式，但场地长度不宜小于50米，回折道设置多用于单道，场地不小于尺寸为长50米，宽6-8米。

### 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