

## 200米障碍训练器材300米障碍器材厂家 采购

|      |                            |
|------|----------------------------|
| 产品名称 | 200米障碍训练器材300米障碍器材厂家 采购    |
| 公司名称 | 盐山广胜体育器材有限公司               |
| 价格   | 500.00/件                   |
| 规格参数 | 品牌:胜川<br>检验报告:全<br>产地:河北沧州 |
| 公司地址 | 盐山开发区                      |
| 联系电话 | 0317-8255176 13315723198   |

## 产品详情

、三沙、儋州。

省直辖县级市：文昌、琼海、万宁、东方、五指山。

### 23、台湾省

台湾当局直辖市：台北市、新北市、台中市、台南市、高雄市、桃园市。

省辖市：基隆市、新竹市、嘉义市。

县辖市：竹北市、苗栗市、彰化市、南投市、斗六市、太保市、朴子市、屏东市、宜兰市、花莲市、台东市、马公市。

### 三、自治区

#### 广西壮族自治区

地级市：南宁、桂林、柳州、梧州、贵港、玉林、钦州、北海、防城港、崇左、百色、河池、来宾、贺州。

县级市：靖西、岑溪、桂平、北流、东兴、凭祥、荔浦、合山

#### 内蒙古自治区

地级市：呼和浩特、包头、乌海、赤峰、呼伦贝尔、通辽、乌兰察布、鄂尔多斯、巴彦淖尔。

县级市：满洲里、扎兰屯、牙克石、根河、额尔古纳、乌兰浩特、阿尔山、霍林郭勒、锡林浩特、二连

浩特、丰镇。

宁夏回族自治区

地级市：银川、石嘴山、吴忠、中卫、固原。

县级市：灵武、青铜峡。

西藏自治区

地级市：拉萨、日喀则、昌都、林芝、山南。

新疆维吾尔自治区

家须知：

1、运费：因本店所售商品为大宗货品无法发快递，外地顾客只能通过物流托运到所在市、县货运站，顾客需自行提取，运费以物流实际报价为准，模版运费仅供参考。运费您可以选择货到付款，请在确认购买前及时咨询客服。请朋友们评价时以货物本身的质量与服务为标准，不要因为物流的延误而予以中差评！谢谢！

2、货物图上：店内图片仅供参考，如实物与图片有细微差别的，请以实物为准。

3、付款方式及发票：我们强烈推荐您使用支付宝，同时也接受银行汇款，在您拍下付款后，我们会尽快为您安排发货。店内的商品一律都是不含税价格，如需发票的顾客，请在购买时与销售说明，我厂将根据国家规定的税票定额收取税款，提供正式发票。

4、商品库存：由于多种渠道销售原因，个别是商品暂时会出现缺货情况，请买家朋友多多谅解，也请各位在拍下宝贝之前先也我们的销售人员联系，确定您需要的宝贝现在是否有货，如出现缺货我们会尽快安排生产，以确保及时发货。

5、货物签收：买家在收到物流通知提货时，一定要当着货运公司工作人员的面仔细检查货物是否完好，长途运输有时会造成货物破损！注意：请人代收的，请事先嘱咐好收货人，如发现货物有损的可拒绝签收，并及时通知我们，以便我们与货运公司协商解决，一旦签收，由快递、邮局、物流造成的损坏问题，由买家承担，本厂铺不负责退换。谢谢！

100米跑 绕过标志旗转弯 跨越三步桩 跨越壕沟 跳越矮墙 通过高板跳台 通过独木桥 攀越高墙  
钻爬低桩网 绕过标志旗转弯返回 跨越低桩网 攀越高墙 绕行独木桥下立柱 通过高板跳台 钻越洞孔 跳下攀上壕沟 跨越五步桩 绕过标志旗转弯 100米跑至终点。

《军人体育锻炼标准考核规定》指出，400米障碍出发可采取站立式或蹲踞式起跑方法，不得使用起跑器。

军事共同科目进行400米障碍考核时，起跑须采取卧姿起跑方法。

发令员发令时使用发令枪或发令旗、鸣哨的同时，上举的发令旗立即向下挥动。发令员口令分“各就位”，鸣枪或鸣哨，发出“各就位”的口令后，应等所有受测者身体稳定时，鸣枪或鸣哨。发令员认为起跑不公平或有人犯规，应鸣哨召回所有受测者重新组织起跑。受测者在起跑过程中，累计出现两次犯规，取消受测者的测试资格。

通过障碍物的动作技术：

(1) 跨越3步桩：通过方法。跑到起跨线前缘，一腿蹬地，另一腿向前跨出一大步，用前脚掌踏在第一根桩面上。随即蹬地腿迅速向前跨出一大步，用前脚掌踏在第2根桩面上。后脚再踏在第3根桩面上，随后另一腿蹬离桩面向前迈进一步，在端线前着地。保护方法。首先：清除圆桩上沙土，以免滑倒。其次，保护者1—2名，分别站在沙坑两侧，当练习者动作失误时，迅速扶其两臂，以免摔伤。

(2) 跨越壕沟：通过方法。跑至壕沟前缘约30厘米处，一腿蹬地起跳，身体向前上方跃起，另一腿向前摆出并跨过壕沟着地。保护方法。清除壕沟前后沿沙土，以免滑倒，并在远端两侧站一至二人，以防练习者动作失误掉入壕沟。

地级市：乌鲁木齐、克拉玛依、吐鲁番、哈密。

自治区直辖县级市：石河子（八师）、五家渠（六师）、阿拉尔（一师）、图木舒克（三师）、北屯（十师）、铁门关（二师）、双河（五师）、可克达拉（四师）、昆玉（十四师）

县级市：喀什、阿克苏、和田、阿图什、博乐、昌吉、阜康、库尔勒、伊宁、奎屯、塔城、乌苏、阿勒泰、阿拉山口、霍尔果斯。