

爬绳杆三合一 400米障碍器材 力量体能综合训练架

产品名称	爬绳杆三合一 400米障碍器材 力量体能综合训练架
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	1200.00/件
规格参数	品牌:胜川 型号:标准 产地:河北
公司地址	盐山县杨集乡开发区
联系电话	13001482136

产品详情

爬绳杆三合一 400米障碍器材 力量体能综合训练架

400米障碍器材厂是指跨桩、壕沟、矮墙、高板跳台、云梯、木桥、高墙、低桩网共八组障碍物所组成的跑道。因为要正反各通过一次，应该说全程要通过16次障碍物。通过顺序是：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 通过云梯 通过木桥 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 绕行木桥下立柱 通过云梯 通过高板跳台 钻越洞穴 跳下攀上壕沟 跨越五步桩 绕过标志旗转弯 100米跑至终点。

四百米障碍器材的训练可以帮助增强肺功能，提高血液循环，有助于提高耐力和有氧运动能力。

2. 增强肌肉力量：通过反复跨越障碍和攀爬绳索，可以锻炼到肌群和四肢肌肉，增强肌肉力量。

3. 提升身体协调性：在通过障碍的过程中，需要保持身体平衡，协调四肢，这有助于提高身体的协调性和灵活性。

4. 增强心理素质：面对高强度和多变环境的挑战，通过四百米障碍器材的训练可以提高应对压力的能力，增强自信。

销售区域

新疆维吾尔自治区伊犁哈萨克自治州、博尔塔拉蒙古自治州、昌吉回族自治州、巴音郭楞蒙古自治州、克孜勒苏柯尔克孜自治州。

地区。塔城地区、阿勒泰地区、吐鲁番地区、哈密地区、阿克苏地区、喀什地区、和田地区。

乌鲁木齐市、克拉玛依市石河子市、阿拉尔市、图木舒克市、五家渠市。