

## 驻马店四百米障碍,四百米障碍跑,尺寸

|      |                           |
|------|---------------------------|
| 产品名称 | 驻马店四百米障碍,四百米障碍跑,尺寸        |
| 公司名称 | 河北达创体育器材有限公司              |
| 价格   | 1800.00/件                 |
| 规格参数 | 名称:跃羚<br>产地:河北<br>运输方式:物流 |
| 公司地址 | 桥西区槐安路260号                |
| 联系电话 | 0311-83111974 15613157513 |

## 产品详情

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400米障碍是通过由8组障碍，16个障碍物，所构成的往返400米的障碍场的体能训练项目，手部部分别配备橡胶把套材厚度 3mm，生产训练器材训练体垫篮球架双杠。

障碍是日常训练的一项重要科目，常见的障碍有老式两种，分别针对不同的环境进行设置。老式400米障碍同志们相对接触的多一些，可能有点陌生，因此在这里给大家介绍一下障碍——400米。

400米障碍壕沟:长,宽,深各为2米.沟壁应是垂直面. 3.矮墙:宽2米,高1.1米,厚20厘米.洞孔宽50厘米,高40厘米,下缘距地面60厘米,设于矮墙左侧.矮墙主要由木板构成.4.高板跳台水平横梯:(高板高1.80米,长2米,宽50厘米,厚5-8厘米.)高台高1.5米,长,宽各1米。驻马店四百米障碍,四百米障碍跑,尺寸 低台高,长,宽各1米.高板,高台,低台间隔1米,由砖,水泥构成.(高板由木材构成,支撑材料为角铁.)水平横梯由钢制园管构成,设置少15个横杠,直径为3-4厘米,四个立柱直径为5厘米以上,高度2.5米。400米障碍跑新的标准按年龄划分，24岁以下2分35秒内及格，2分20秒内良好，2分05秒内。有种说法是根据进攻方火准备的时间，以及反应过来还击的时间来评定成绩的。

训练器材系列，400米障碍，双杠，单杠，窗口，三人协作，浪木，固定悬轮，高板是障碍中靠前的课目，400米障碍是我体育训练项目，通过训练能够发展在行动中的奔跑、跳跃、攀越、支撑、平衡、钻爬等综合技能，提高速度、耐力、协调、灵敏等身体素质，培养勇敢、顽强、坚韧不拔的意志，为战时通过各种人工和障碍打下良好的基础。陡坡冲刺距密林穿行13米，密林穿行距河流横渡17米，河流横渡距翻山越岭18.5米，翻山越岭距跨越沟渠15米。