

# 军用训练器材厂家制造=

产品名称	军用训练器材厂家制造=
公司名称	海兴县兴盐体育器材厂
价格	.00/件
规格参数	
公司地址	河北省沧州市海兴县张会亭乡三王庄村（经营场所）
联系电话	13730596471 13730596471

## 产品详情

400米障碍器材生产厂家障碍体能训练器讲解：矮墙是400米障碍中的第三组障碍物，规格是宽2米、高1.1米、厚0.2米，学习和掌握通过矮墙的技术，可以提高我军官兵的跳跃能力，为战时能够快速通过此类障碍物打下良好的基础。通过矮墙主要有三种方法：(1)一手一脚支撑跳跃式；(2)一手支撑跳跃式；(3)蹬踏式。动作要领：跑至矮墙前1.5米处，一腿用力蹬地起跳，身体向前上方跃起，另一腿向侧前上方提起，异侧手(手指向前)支撑与矮墙上沿，身体跃至墙上略收腹含胸，起跳腿迅速屈膝提起，小腿收于胯下，并越过矮墙着地，同时支撑手推离矮墙，身体前倾，摆动腿着地继续跑进。保护与帮助：平凉400米障碍器材生产厂家障碍体能训练器保护者在被保护者通过时手扶其支撑臂帮助通过，对操练者采用拦、搂、抱的方法加以保护。

体能测评。主要是两个项目：纵跳摸高和10米×4往返跑。

纵跳摸高测试的是弹跳能力，测试时不能助跑，不能借助外力，如鞋子、手套、超过0.3厘米长的指甲。男子要求纵跳摸高 2.65米，女子要求纵跳摸高 2.3米。

特警公安训练五项器材价格厂家10米×4往返跑是由一位丹麦体育博士模拟比赛中频繁出现的加速、减速、急停、转身等动作发明的，目的是考验球员的速度耐力和无氧耐力，对于心肺功能的要求比较高，而且需要较多技巧。男子要求10米×4往返跑 13"1，女子要求10米×4往返跑

国防体能训练方法器材厂家 军队训练器材订制价钱

护墙:宽两米,高1.一米,厚20cm.洞孔宽50公分,高40厘米,外缘距路面60厘米,设于护墙左边.护墙关键由木工板组成.

四百米障碍器械生产商4.高板跳台:(高板高1.80米,长两米,宽50公分,厚5-8厘米.)灵台高1.5米,长,宽各一米.低台高,长,宽各一米.高板,灵台,低台间距一米,由砖,混凝土组成.(高板由木料组成,支撑点原材料为角钢.)水准横梯由钢质园管组成,设定少十五个横杠,直径为3-4厘米,四个立杆直径为5cm之上,高宽比2.5米.

5.独木桥:长5米,高1.3米,直径20-25厘米,桥平面图宽10cm,斜柱长两米,宽20cm.桥底下立杆间距1-1.30米,柱应漆上红,白两色的色调,关键由无缝钢管组成.

6.砖墙:宽,高各两米,厚20cm.关键由木工板构成.

7.低桩网:由12根立杆相匹配分列二行,行间距两米,间隔一米,桩高于路面50公分,每对立面桩间用延展性原材料弄直成水平线组成桩网,线下路面以松柔的沙层为宜.立杆由无缝钢管组成.

四百米障碍器械生产商评定规范：

四百米障碍的评定标准编写2:分三十秒内跑彻底程——合格2分10秒内跑彻底程——优良2分00秒内跑彻底程——出色。

### 双杠双臂屈伸

A、重点锻炼部位：主要是胸大肌下部，其次是肱三头肌和三角肌。

B、开始位置：双杠间距好宽于肩，双手握杠成直臂支撑、挺胸、收腹，两腿伸直并拢放松呈下垂状。

C、动作过程：呼气，屈肘弯臂，身体下降，直至两臂弯曲降低到低位置时，头部应向前引，两肘外展，使胸大肌充分拉长伸展。随即吸气，以胸大肌突然收缩力撑两臂，使身体上升直至两臂完全伸直；当上臂超过杆水平位置时，臀部稍向后缩，躯干呈“低头含胸”的姿势。两臂伸直时，胸大肌处于彻底收紧状态。重复练习。

D、训练要点：动作要缓慢进行，不要借身体的振摆助力完成动作；撑起时速度要快、挺胸、抬头、收腹、不耸肩；为加大训练强度可在腰间负重练习。

户外健身器材用品，户外健身路径用品，可以选健骑机，椭圆机，对人们的健身都还不错!从儿童到老人几乎都可使用。还有很多户外健身器材：旋转轮、训练杠、压腿器、腰背按摩器、腰背伸展器、引体架、钟摆器、转腰器、坐蹬器、坐拉器、坐推器、鞍马训练器、波浪滑梯、步行软梯、弹力桥、弹力压腿、蹬力训练器、吊桩、儿童运动组合、过山攀梯、滚桶、高低单杠、角力器、两联秋千

河北兴盐公司专业生产以上产品 各种健身器材、厂家全部泡沫包装必须能通过高度调节增加5厘米的高度。

单杠必须有弹性，保证不能折断。

弹性不仅来自杠子，器械整体也有弹性。这就是地板钩、支撑立柱、钢绳的安装和拉紧度必须严格遵守

要求、保证统一弹性的原因。

杠子和支撑立柱之间必须通过活结相连，以保证有效的弹性。

杠子必须允许在上面做转体和滑行动作，同时不易打滑。

整个器械必须是稳固的。在使用时，支撑立柱不能移动或摆动。

在使用时，杠子和拉紧绳索不能产生干扰声音。