

老兵训练场地【400米障碍规格】四百米障碍标准尺寸

产品名称	老兵训练场地 【400米障碍规格】四百米障碍标准尺寸
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	300.00/套
规格参数	品牌:胜川 参数:SC-008 产地:沧州盐山
公司地址	河北 盐山县 杨集乡 大郝工业开发区
联系电话	0317-6225629 13013226233

产品详情

对于来说，体能训练里让我们又爱又恨的头号科目就非400米障碍莫属了。其包含的各个小项目训练难度之大、体能要求之高、受险之强，颇令人叹为观止。1三步桩
三步桩是百米冲刺之后需要通过的个障碍，由五个直径0.3米、高出地面0.1米的正六棱柱水泥

百米障碍赛是一项适合于学生竞技使用的设施，主要由五步桩、深坑、矮墙、木桥、高障碍板、高低跳台和匍匐前进几个项目组成，参与者必须一一突破所有项目后折回原地方取得胜利。

400米障碍器材厂家作用：

通过400米障碍是传统体育训练项目之一，也是体能训练中的重要项目之一。通过障碍训练能发展人在行动中所需要的奔跑，跳跃，攀越，支撑平衡和钻爬等基本技能，并能提高速度，耐力，协调，灵敏等身体素质，培养勇敢，坚韧不拔的意志品质，为战时迅速通过各种人工和天然障碍物打下良好基础。

应等所有受测者身体稳定时，鸣或鸣哨。发令员认为起跑不公平或有人犯规。鸣哨的同时【动作示范】发令编辑发令员发令时使用发令或发令旗应鸣哨召回所有受测者重新组织起跑。上举的发令旗立即向下挥动。发令员口令分“各就位”，鸣或鸣哨，发出“各就位”的口令后。