芜湖400米障碍器材,四百米障碍跑,材质

产品名称	芜湖400米障碍器材,四百米障碍跑,材质
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 产地:河北 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

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。高架速降;整体为钢结构，高6m，宽2m，设置钢制竖梯和竖杆。

器材在整体上有足够的强度，无变形及损坏现象。攀登轮胎时要先用手抓住悬挂轮胎的铁链，稳住轮胎再上脚，这样能提高通过障碍的成功率。从障碍下来时有两种途径，一种是软梯，一种是粗绳，在此建议沿绳滑下，沿绳下降可以节约大量时间和体力，并且动作简单好上手。

在两个班长的鼓励下，于翻过了心里的那道“ 墙 ”，成功通过了绳网这个障碍。谁英雄谁好汉，障碍场上比比看!经过3个课时的训练，们已经基本掌握了障碍的通过方法。开始安排保护人员，准备对们进行次考核。

为了不让有太多心理压力，这次考核只是记录了时间，并没有通报成绩。但班长们还是放心不下班里的小同志，重述了一遍每个障碍的通过方法和要点，再三叮嘱一定要注意。芜湖400米障碍器材,四百米障碍跑,材质

障碍考核结束后，班长们将每个人的成绩记录在案，根据新们的实际情况，有针对性地制定训练计划，使新同志们尽快把障碍训练的成绩上去，只要付出坚持与努力，障碍对你们来说不是梦，向前冲，勇敢地去面对青春的每一个困难与挑战。

拱形肋木主要训练拓展者的勇气和自信心，面对外表面：采用户外用光泽度度粉末涂料，可以有效的防护阳光、雨水、风沙等自然因素造成的侵蚀，色泽均匀、亮丽、持久，符合对户外色彩的损失比例要求。

自然地加深呼吸，呼吸的节奏要和跑的节奏相配合，终点跑时呼吸的频率和有所增加，通过障碍时，可“ 阔气 ”用力。通过障碍物后，应及时调整呼吸。