

# 部队军用400米障碍价格 双杠产品实物大图

产品名称	部队军用400米障碍价格 双杠产品实物大图
公司名称	盐山多利达文体器材有限公司
价格	1200.00/副
规格参数	品牌:多利达体育 型号:DLD-001 规格:标准
公司地址	盐山县盛世佳苑1号楼2单802室
联系电话	0317-5129521 15231799390

## 产品详情

### 部队军用400米障碍价格 双杠产品实物大图

400米障碍全程共有七组障碍。因为要正反各通过一次，应该说全程要通过14次障碍物。全程由以下七个障碍物所组成：跨桩、壕沟、矮墙、高板跳台水平梯、独木桥、高墙、低桩网。

单杠：

1练习是引体向上

2练习是腾身反转上杠

3练习是双手撑杠单脚跨杠

4练习是跨杠翻转旋转360度

5练习是摆体上杠旋转360度下杠

6练习是跨杠反转旋转360度下杠

7练习是踩杠旋转360下杠

8练习是360度大回环

双杠：

1 练习是撑杠

2练习是摆臂撑杠

4练习是夹臂上杠，杠上水平坐杠

5练习是夹臂上杠，倒立，后下杠

6练习是夹臂上杠，倒立，前下杠

7练习直臂摆体上杠，后下杠