

青岛渡海登岛400米障碍器材阻碍墙

产品名称	青岛渡海登岛400米障碍器材阻碍墙
公司名称	盐山洛龙体育器材销售有限公司
价格	1200.00/件
规格参数	品牌:洛龙 型号:标准 产地:河北
公司地址	盐山县杨集乡开发区
联系电话	0317-8204185 15175725461

产品详情

青岛渡海登岛400米障碍器材阻碍墙价格

渡海登岛400米障碍场是针对渡海登陆作战的实战环境来进行模拟的，以提高单兵海上作战适应能力为重点，遵循体能训练规律，按照系统组合的原理，不同程度地模拟装载、航渡、换乘、抢滩上陆的特殊状态，集体能、技能和心理训练为一体，适应渡海登陆作战训练需要。场地采用4次回转，共10个项目，包括跑道和间隔地设置于跑道上的障碍。青岛渡海登岛400米障碍器材阻碍墙价格

400米障碍简介：螺旋梯由旋转升梯、环状平台和竖杆构成，模拟海面上颠簸的船只，锻炼训练者行进的稳定性。

完成方法：快速登上旋梯，绕平台行进一圈，由中间竖杆滑下。

技巧攻略：两手抓实，两脚踩稳，胳膊和脚靠着竖杆滑下。

障碍三：高低横木

障碍简介：高低横木由高低4根横杆交错构成，模拟船只上的高低障碍物，锻炼训练者的

灵活性。

完成方法：俯身通过低木，跨越通过高木。

技巧攻略：手脚协调，注意衔接。

障碍四：绳网

障碍简介：绳网为悬垂于地面的铁链网，顶部设有横杆，锻炼训练者的心理素质，克服恐高情绪。

完成方法：由底部攀爬至顶部，翻越横杆，从另一侧抓网踩节点落地。

技巧攻略：手要抓紧铁链，脚要踩实节点。

障碍五：轮胎攀台

障碍简介：轮胎攀台由吊板、悬挂轮胎、麻绳和软梯等构成，锻炼训练者通过空中障碍物的能力，提升身体的协调性。

完成方法：迅速通过吊板，逐个跳上轮胎，爬至高处，利用麻绳或软梯落地。

技巧攻略：手比脚快，抓稳踩实；下滑时脚先踩绳，双手交替往下。

障碍六：摇摆平台

障碍简介：摇摆平台由平台和9根错落的立柱构成，行进过程中平台左右摇摆，模拟晃动

的船只甲板，锻炼训练者的平衡性和稳定性。

完成方法：手脚协调合作，来回转动身体，从而通过平台。

技巧攻略：身体和腿贴近立柱内侧，手前伸抓握立柱，腿侧前迈。

障碍七：晃动横梯

障碍简介：晃动横梯由竖杆、铁链和横梯构成，梯杆高低分布，行进过程中横梯晃动，锻炼训练者的平衡性和协调性，克服恐高情绪。

完成方法：

1.抓握横杆，摆动身体，跨坐于横梯上，手脚交替前行，抓杆落地。

2.两手抓握横杆，交替前行。

技巧攻略：考虑到前200米体力消耗的情况，建议采用方法一通过。节奏要强，动作要稳。

障碍八：跨网

障碍简介：跨网由弹力绳、短杆和浮桥构成，模拟漫水桥面，锻炼训练者的灵活性。

完成方法：抬腿迅速通过。

技巧攻略：找准中线，小腿外翻，轻点脚尖，步调稳定。

障碍九：隔离阻墙

障碍简介：隔离阻墙由墙体、麻绳和滑杆构成，墙体有凸起和凹槽，锻炼训练者的攀登能力。

完成方法：抓握麻绳，借助凸起或凹槽，爬上墙体，由另一侧扒墙落地。

技巧攻略：“点”要踩实，重心稳定，克服恐高。

障碍十：模拟沙滩

障碍简介：模拟沙滩由沙子铺垫而成，模拟海边沙滩登陆，锻炼训练者的沙滩冲刺能力。

完成方法：迈大步跑步通过。

技巧攻略：尽力摆臂，全力冲刺