

湖北低地桩网多少钱 柳州标准400米障碍价格

| | |
|------|--------------------------|
| 产品名称 | 湖北低地桩网多少钱 柳州标准400米障碍价格 |
| 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 | |
| 公司地址 | 盐山县杨集工业园区 |
| 联系电话 | 0317-8204185 13001482136 |

产品详情

湖北低地桩网多少钱 柳州标准400米障碍价格

400米障碍通过顺序是：100米跑 绕过标志旗转弯 跨越三步桩 跨越壕沟 跳越矮墙 通过高板跳台 通过云梯 通过独木桥 攀越高墙 钻爬低桩网 绕过标志旗转弯返回 跨越低桩网 攀越高墙 绕行独木桥下立柱 通过云梯 通过高板跳台 钻越洞穴 跳下攀上壕沟 跨越五步桩 绕过标志旗转弯 100米跑至终点

低桩网:由12根立柱对应分列两行,行距2米,间距1米,桩高出地面50厘米,每对立桩间用弹性材料拉直成横线构成桩网,网下地面以松柔的沙层为宜.立柱由钢管构成.

湖北低地桩网多少钱 柳州标准400米障碍价格

低桩网

在战术动作匍匐的过程中，由于用力角度不当造成前臂皮肤擦伤，亦或是在返回时跨跃过程中摔倒。

常见400米障碍训练伤如上所述。除了养成严谨的训练态度、掌握正确的训练技巧之外，懂得如何保护自己，在受伤后的正确处理和治理也是至关重要的！