

400米障碍胜厂家批发价

产品名称	400米障碍胜厂家批发价
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	河北 沧州市新华区 盐山杨集
联系电话	15166965207 13930797394

产品详情

00米障碍场共分为14个障碍物，主要为跨桩、壕沟、矮墙、高板跳台、独木桥、高墙等训练设施。低桩网材质：立柱采用钢管 88，厚2.75mm，网可采用 4铁链或 12橡皮筋金属表面涂料：采用表面抛沙处理。底漆：喷环氧富锌粉末涂料。外表面：采用户外用高光泽度 90%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，可保证五年基本不变色。固定方式：预埋件固定。400米障碍器材生产厂家 主营：400米障碍器材,300米障碍器材,特警五项训练器材,渡海登岛器材,训练用独木桥,平衡训练器材,训练跨桩,训练矮墙,高板跳台,水平梯,训练高墙,消防训练平梯,低桩网,云梯,跨桩。我厂生产的所有相关消防训练用独木桥、平衡训练器材等均可按照您的要求进行定做，全国发货。凭着自身强大的资源和优势，本着“满足市场和客户的需求”为宗旨，以诚信合作的服务态度，赢得了广大客户的信任和青睐，为全民健身提供了科学实用的便利运动设施。公司还将不断完善自己，提高服务水平，充分发挥团队精神，开发高精深的新产品。我们的销售网络遍及全国：北京,上海,广州,深圳,呼和浩特,邢台,山西,石家庄,江苏,吉林省,黑龙江,安徽,福建,江西,海南,重庆市,贵州,青海,宁夏等地适应单位、消防队、学校、军训障碍课目二：高板危险指数：

高板是障碍中靠前的课目，大多数同志可能出现的问题是后劲不足或者身体过度倾斜后摇摔下高板的保护。倪倪 摄当训练进入后半程，训练人员疲惫，容易腿软从高板摔下，是此课目发生危险的高峰期。建议安排一人或两人保护，伸手虚抱训练人腰部或臀部矮墙的保护。在这个科目上，建议安排一人或两人保护，不宜距离训练人太远，两臂张开，防护时，抱住的是训练人的上半身，最好是胸部或肩部。两人保护时，分别立于矮墙两侧，时刻注意训练人员的动态，出现意外时立刻保护。矮墙的保护。障碍课目五：高墙危险指数：类似于矮墙，在高墙部分，事故发生的原因大多是因为训练人员后脚勾住器材。高墙的保护。在这个课目上，需要安排至少一名保障人员，往返程都要保护到位，尤其在后半程，对保障人员的考验更大。这个时候，要求保障人员从高板前侧开始紧跟训练人员，同样双臂张开，着重保护训练人员的头部。高墙的保护。在这里，我们列举了400米障碍中5个重点保护训练课目，但并不意味着其它课目不存在危险，相反，尤其在低桩网、五步桩这几个障碍上，脚踩不实摔倒、脚勾到橡胶带绊倒等安全隐患时有发生，更需要训练人员提升安全意识，努力加强本领，熟练训练技巧，实现自我保护。让我们以关切心与责任心，做好兄弟背后那一双有力的“大手”！四百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、独木桥、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。通过百米障碍赛的训练，提高参与者的奔跑、跳跃、攀爬等各项体能，使参与者正确对待竞争中的得与失，理解团队协作的重要性。低桩网、高低跳台、高墙、独木桥、矮墙、深坑、跳桩等。可以根据训练的要求来定制项目的数量及场地大小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、独木桥、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。四百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、独木桥、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。通过百米障碍赛的训练，提高参与者的奔跑、跳跃、攀爬等各项体能，使参与者正确对待竞争中的得与失，理解团队协作的重要性。低桩网、高低跳台、高墙、独木桥、矮墙、深坑、跳桩等。可以根据训练的要求来定制项目的数量及场地大小。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、独木桥、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。400米障碍场共分为14个障碍物，主要为跨桩、壕沟、矮墙、高板跳台、独木桥、高墙等训练设施。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、受伤风险之强，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第一个障碍，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、独木桥、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。部队400米障碍器材规格：部队400米障碍器材规格哪里有规格：1.跨桩：由5个直径30厘米，高出地面10厘米的跨桩组成。右边三个跨桩的中点相距2.30米，距离跑道中线30厘米，第一跨桩中点距端线5米。左边两个跨桩的中点相距2.30米，距离跑道中线60厘米，第1跨桩中点距端线6.15米。跨桩由木桩可水泥构成。2.壕沟：长、宽、深各为2米。沟壁应是垂直面。3.矮墙：宽2米，高1.1米，厚20厘米。洞孔宽50厘米，高40厘米，下缘距地面60厘米，设于矮墙左侧。矮墙主要由木板构成。4.高板跳台：(高板高1.80米，长2米，宽50厘米，厚5-8厘米。)高台高1.5米，长、宽各1米。低台高、长、宽各1米。高板、高台、低台间隔1米，由砖、水泥构成。(高板由木材构成，支撑材料为角铁。)水平横梯由钢制园管构成，设置至少15个横杠，直径为3-4厘米，四个立柱直径为5厘米以上，高度2.5米。5.独木桥：长5米，高1.3米，直径20-25厘米，桥平面宽10厘米，斜板长2米，宽20厘米。桥下立柱间隔1-1.30米，柱应漆上红、白相间的颜色，主要由钢管构成。6.高墙：宽、高各2米，厚20厘米。主要由木板组成。7.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。

问：请各位教下方法
我最快记录才1分45秒 基本都是前半躺爬过低砖网 过完高...答：骚年你竟然跑来这问这种问题，你觉得外面会有400米障碍吗，你应该去问一些班长或老兵！体力分配和爆发力很重要！遇障加速，你见过两步飞独木桥的吗？你见过扑坑的吗？我们这最快有人跑了1分21！