

400米障碍标准 部队训练400米障碍器材安装方法

产品名称	400米障碍标准 部队训练400米障碍器材安装方法
公司名称	盐山多利达文体器材有限公司
价格	1000.00/副
规格参数	品牌:多利达体育 型号:D-022 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

400米障碍国家标准 部队训练400米障碍器材安装方法

在部队的各项训练课目中，想必令我们为刻骨铭心的就属那虐人千百遍的400米障碍了，它对人的爆发力、耐力、速度、灵敏度和协调性都提出了极高的要求，每跑一次400米障碍，都是一次艰难的挑战。而通常我们一般只会将注意力放在400米障碍的难和累上，但正所谓人生需要在实践和感悟中成长，下面就让我们一起细细体会，在这整个“虐心”的过程当中，都蕴含着哪些人生哲理呢？