

# 江西宜春部队400米障碍器材种兵300米障碍器材厂家

产品名称	江西宜春部队400米障碍器材种兵300米障碍器材厂家
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	1800.00/件
规格参数	品牌:达创 尺寸:400米 产地:河北
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	0311-83111974 15613157513

## 产品详情

江西宜春部队400米障碍器材注意事项：

- 1、攀越高墙。身体由高墙上通过。
- 2、绕过桥柱。身体必须绕过每根柱子。
- 3、通过跳台高板。身体由两台面和高板上方通过。
- 4、钻越洞孔。身体从洞孔穿过。
- 5、跳下攀上壕沟。跳下壕沟后再攀上。
- 6、5步通过跨桩。脚依次踏在5个桩面上通过，身体不得触及前后标志线之间的地面。
- 7、程跑中应按各个障碍物规定的方法通过。若某障碍物未按规定动作通过，则该障碍物必须重新通过，否则不计成绩。

江西宜春部队400米障碍器材概述：

江西宜春部队400米障碍器材您的满意，我的追求。在新的世纪，本公司将以开拓创新的精神与真诚守信的态度，以优的质量，佳的服务，与您携手共创我国体育事业之辉煌。以“重技术、重质量、重信誉”的经营宗旨，竭诚欢迎各界朋友垂询、惠顾。

作用通过400米障碍是传统军事体育训练项目之一,也是体能训练中的重要项目之一.通过障碍训练能发展

人在军事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。(二)准备活动1,一般准备活动。(1)振臂运动,4×8拍;(2)扩胸运动,4×8拍;(3)体侧运动,4×8拍;腹背运动,4×8拍;(5)压腿运动,4×8拍;(6)转髋运动(快速),4×8拍;(7)跳跃运动,4×8拍。2,专项准备活动。(1)慢跑400米;(2)小步跑30米×2次;(3)高抬腿跑40米×2次;后蹬跑30米×2次;(5)加速跑60米×2次。(三)通过400米障碍技术通过400米障碍跑由平地跑和通过障碍物两大部分组成。1,平地跑的动作技术。平地跑动作可分为出发跑、转弯跑和终点跑等。

江西宜春部队400米障碍器材100米跑。起跑姿势可采用站立式或俯卧式起跑;跑的动作技术与短跑途中跑动作基本相同。动作应放松,江西宜春部队400米障碍器材步幅开阔,节奏明显。(2)转弯跑:400米障碍程要经过三次弯跑。弯跑时身体向内倾斜,加大外侧腿的后蹬力量和摆动幅度,并用脚掌内侧着地,外侧臂相应地加大摆动的力量和幅度。内侧腿向内转,脚向内沿转并用脚掌外侧着地,同侧臂摆动略小于外侧臂。

江西宜春部队400米障碍器材表面处理:所有钢制件表面均经酸洗、磷化、打沙等初级处理后采用进口静电环氧基粉末喷涂完成后表面处理,涂层厚度70—80um,铅笔硬度达3H+,试品经GB1771-91 36小时盐雾试验,涂膜无变化,划格处单面腐蚀<2mm,产品具有耐酸碱、耐湿热、抗老化、外观美观等优点,能适合潮湿和酸雨环境,室内室外均可使用,且产品涂料配方不含有毒元素,避免损害使用者的健康