

衡水400米障碍器材移动式四百米障碍赛300米障碍器材军事训练障碍赛器材

产品名称	衡水400米障碍器材移动式四百米障碍赛300米障碍器材军事训练障碍赛器材
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	1.50/套
规格参数	品牌:达创 型号:DC202 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

衡水400米障碍器材听到“三人协作攀登，预备”的口令后，三人迅速成跑步预备姿势，听到“开始”的口令后，其中两名受训者迅速以踏拉挂之合力迅速上墙，身体下扑成相向接握姿势，第三名迅速接近墙(可以辅助前两名),此时第三名迅速跳起抓前两名的手腕处，利用两手的拉力和两脚的蹬力迅速上墙，同时跳下，此后动作同动作一。

衡水400米障碍器材厂家动作三：当听到“三人协作攀登，预备”的口令后，三人迅速成跑步预备姿势，听到“开始”的口令后，两名受训者接近墙成半蹲姿势，左手抓握右手腕，并用右手抓握对方左手腕达成手梯，第三名迅速助跑，一脚踏与前两名搭制的手梯上，利用前两名的托力和自己两手的拉力迅速上墙，成骑撑姿势，上体下扑，右手伸下成接握姿势。第二名迅速以身体左(右)侧紧贴于墙壁的以侧，左(右)脚在前，右(左)脚在后，两腿分开越与肩同宽，同时左(右)腿微屈，右(左)腿蹬直，两手交叉，手心向上落于腹部前侧，名迅速以左(右)脚踩第二名手掌，利用第二名的托力和自己两手的拉力迅速上墙，称骑撑姿势，上体下扑，左手下伸成接握姿势。此时第二名迅速跳起，抓、三名的手腕，利用两人的拉力和自己两脚的蹬力迅速上墙，同时跳下。此后动作同动作一。

部队400米障碍器材厂家,部队400米障碍,部队400米障碍器材 为促进官兵的400米障碍训练的积极性和提高了训练效率。近日，陆军某部把基础体能训练提上了训练日程，要求基层营连按照分队示范、常态练习、每月一考的要求抓实400米障碍训练，让官兵跨越“障碍”，增强体质，官兵在集中学习、体会练习过程中体会到了练实该科目的必要性和重要性。

衡水400米障碍器材通过木桥

观摩中分别对400米障碍中的注意事项、跑前运动、动作要领、保护措施等4大项内容10多个细小环节进行了详细的示范讲解。及时纠正了在400米障碍中存在的问题和错误的方法。基础体能，是每一位军人都

必须达到合格的内容，400米障碍训练只是夯实体能基础的一个抓手。据悉，各营连已经按照上级指示要求常态落实每周武装5公里训练和每月20公里战斗体能训练等科目，一剂提升官兵基础体能的“组合拳”正促进官兵在练强基础体能的大道上阔步前行。

衡水400米障碍器材过云梯“刚入伍时感觉这个科目很难，自己有一定的恐惧心理。但通过刚才的示范教学和个人体会，自己已经基本掌握了跨越障碍的相关动作要领，看着示范的班长在各障碍间飞速穿越，我想在不久的将来我也能够像他们一样。”训练结束后，列兵潘俊康告诉笔者

通过实战对抗、评比的方式向所有观摩人员展示了通过400米障碍越障动作和400米障碍的越障技巧。在各营选手的精彩对抗中，参赛选手飞身越障，过每一道障碍仅仅用了1、2秒钟，便一跃而过，矫健的身影让观摩人员叹为观止。