

400米渡海登岛障碍器材福建龙岩四百米渡海登岛摇摆平台轮胎盘台

产品名称	400米渡海登岛障碍器材福建龙岩四百米渡海登岛摇摆平台轮胎盘台
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	6300.00/件
规格参数	品牌:达创 型号:DC411 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

1、螺旋梯2、高低横木3、绳网4、轮胎攀台5、摇摆平台6、晃动横梯7、跨网8、阻绝墙9、模拟沙滩10。渡海登岛400米障碍场针对渡海登陆作战的实战环境，以提高单兵海上作战适应能力为重点，遵循体能训练规律，按照系统组合的原理，不同程度地模拟装载、航渡、换乘、抢滩上陆的殊状态，集体能、技能和心理训练为一体，适应渡海登陆作战训练需要。

障碍一：软桥400米渡海登岛障碍器材是针对渡海登陆作战的实战环境来进行模拟的，以提高单兵海上作战适应能力为重点，遵循体能训练规律，按照系统组合的原理，不同程度地模拟装载、航渡、换乘、抢滩上陆的殊状态，集体能、技能和心理训练为一体，适应渡海登陆作战训练需要。场地采用4次回转，共10个项目，包括跑道和间隔地设置于跑道上的障碍。

障碍简介：软桥悬架于半空中，桥面陡斜，模拟实战环境中的水中浮桥，锻炼训练者身体的平衡性。

完成方法：跑步上桥，迅速通过。

技巧攻略：重心放低，两眼平视前方;脚步踏准，找准中线;速度要快，身体要稳。

障碍二：螺旋梯

障碍简介：螺旋梯由旋转升梯、环状平台和竖杆构成，模拟海面上颠簸的船只，锻炼训练者行进的稳定性。

完成方法：快速登上旋梯，绕平台行进一圈，由中间竖杆滑下。

技巧攻略：两手抓实，两脚踩稳，胳膊和脚靠着竖杆滑下。

障碍三：高低横木

障碍简介：高低横木由高低4根横杆交错构成，模拟船只上的高低障碍物，锻炼训练者的灵活性。

完成方法：俯身通过低木，跨越通过高木。

400米渡海登岛障碍器材技巧攻略：手脚协调，注意衔接。

障碍四：绳网

障碍简介：绳网为悬垂于地面的铁链网，顶部设有横杆，锻炼训练者的心里素质，克服恐高情绪。

完成方法：由底部攀爬至顶部，翻越横杆，从另一侧抓网踩节点落地。

技巧攻略：手要抓紧铁链，脚要踩实节点。

障碍五：轮胎攀台

障碍简介：轮胎攀台由吊板、悬挂轮胎、麻绳和软梯等构成，锻炼训练者通过空中障碍物的能力，提升身体的协调性。

完成方法：迅速通过吊板，逐个跳上轮胎，爬至高处，利用麻绳或软梯落地。

400米渡海登岛障碍器材技巧攻略：手比脚快，抓稳踩实;下滑时脚先踩绳，双手交替往下。

障碍六：摇摆平台

障碍简介：摇摆平台由平台和9根错落的立柱构成，行进过程中平台左右摇摆，模拟晃动的船只甲板，锻炼训练者的平衡性和稳定性。

400米渡海登岛障碍器材完成方法：手脚协调合作，来回转动身体，从而通过平台。

技巧攻略：身体和腿贴近立柱内侧，手前伸抓握立柱，腿侧前迈。

障碍七：晃动横梯

障碍简介：晃动横梯由竖杆、铁链和横梯构成，梯杆高低分布，行进过程中横梯晃动，锻炼训练者的平衡性和协调性，克服恐高情绪。

完成方法：

1.抓握横杆，摆动身体，跨坐于横梯上，手脚交替前行，抓杆落地。

2.两手抓握横杆，交替前行。

400米渡海登岛障碍器材技巧攻略：考虑到前200米体力消耗的情况，建议采用方法一通过。节奏要强，动作要稳。

障碍八：跨网

障碍简介：跨网由弹力绳、短杆和浮桥构成，模拟漫水桥面，锻炼训练者的灵活性。

完成方法：抬腿迅速通过。

技巧攻略：找准中线，小腿外翻，轻点脚尖，步调稳定。

障碍九：隔离阻墙

障碍简介：隔离阻墙由墙体、麻绳和滑杆构成，墙体有凸起和凹槽，锻炼训练者的攀登能力。

完成方法：抓握麻绳，借助凸起或凹槽，爬上墙体，由另一侧扒墙落地。

400米渡海登岛障碍器材技巧攻略：“点”要踩实，重心稳定，克服恐高。

障碍十：模拟沙滩

障碍简介：模拟沙滩由沙子铺垫而成，模拟海边沙滩登陆，锻炼训练者的沙滩冲刺能力。

完成方法：迈大步跑步通过。

技巧攻略：尽力摆臂，力冲刺。

看完这些障碍项目，相信你已经心跳加快，按耐不住自己的运动神经，想要去亲自尝试一番。但是千万注意，没有保护人员的情况下不要私自去过障碍，安永远排在位。

当被问及部队日常体能训练中辛苦的课目是啥时，许多新战友的反应是武装五公里越野，然而经验丰富的老兵们的一句老话点破了真相：“宁跑五公里，不上四百米”。

真有传说中这么恐怖?不要被吓倒，我们先来了解一下这个课目到底是什么。

400米渡海登岛障碍器材其场地设置采用4次回转，共10个障碍项目，依次是软桥、螺旋梯、高低横木、绳网、轮胎攀台、摇摆平台、晃动横梯、跨网、阻绝墙、模拟沙滩。

400米渡海登岛障碍器材是指通过克服场地障碍使受训对象适应渡海登岛作战的一种体能训练。其障碍设置模拟渡海登岛作战过程中的装载、航渡、换乘、抢滩登陆等特殊状态，对提高受训者的海上单兵作战能力有着巨大帮助。