

300米障碍器材安装 四川成都400米障碍器材价格

产品名称	300米障碍器材安装 四川成都400米障碍器材价格
公司名称	盐山洛龙体育器材销售有限公司
价格	550.00/套
规格参数	品牌:洛龙 型号:LL-03C 产地:河北
公司地址	盐山县杨集工业园区
联系电话	0317-8204185 13001482136

产品详情

300米障碍器材安装 四川成都400米障碍器材价格（厂家）

四百米障碍训练方法 一百米：百米冲刺到对面 二百米：通过五步桩、跃深坑、飞矮板、上高板凳、越高低台、上云梯、登独木桥、高板墙、钻铁丝网 三百米：跳低桩网、过高板墙、钻桥墩、过云梯、过高低台、钻矮板墙、下深坑（2M）、三步桩 四百米：百米冲刺返回

300米障碍器材安装 400米障碍器材价格 400米障碍器材厂家

400米障碍器材规格尺寸：梅花桩；由5个直径0.3米，高出地面0.1米的跨桩组成。右边三个跨桩的中点相距2.3米，距离跑道中线0.3米，跨桩中点距端线5米。左边两个跨桩的中点相距2.3米，距离跑道中线0.6米，跨桩中点距离端线6.15米。

矮墙；宽2米、高1.1米、厚0.2米。洞孔宽0.5米、高0.4米、下缘距地面0.6米，设于矮墙左侧。

高板；高1.8米，长2米、宽0.5米、厚0.05-0.08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。水平梯；长5.1米、宽0.6米、高2.4米，横杠直0.03-0.04米，横杠间跨0.5米，距高板跳台0.3米。独木桥；长5米，桥面宽20厘米厚13厘米，高1.3米，斜板长2米宽0.2米厚13厘米。桥下立柱间隔1-1.3米，柱应漆上红、白相间的颜色。

高墙；宽、高各2米，厚20厘米。低桩网；由12根立桩对应分列两行，行距2米，间距1米，桩高出地面0.5米，每对立桩间用弹性材料拉直成横线构成桩网，网下地面以松软的沙层为宜。