

武警训练器材生产厂家 新疆400米障碍器材价格

产品名称	武警训练器材生产厂家 新疆400米障碍器材价格
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	.00/套
规格参数	品牌:广胜 型号:006 产地:河北沧州
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

产品详情

武警训练器材生产厂家 新疆400米障碍器材价格

海南：海口、三亚，一琼海、文昌、万宁、五指山、儋州、东方12，云南：昆明、曲靖、玉溪、保山、昭通、丽江、普洱、临沧，安宁市、宣威市、个旧市、开远市、景洪市、楚雄市、大理市、潞西市、瑞丽市13，贵州：贵阳、六盘水、遵义、安顺，清镇市、赤水市、仁怀市、铜仁市、毕节市、都匀市、福泉市14，四川：成都、绵阳、德阳、广元、自贡、攀枝花、乐山、南充、内江、遂宁、广安、泸州、达州、眉山

使用说明：顺着斜梯顶部，从顶端缓缓滑下。制作工艺：由钢管构成主框架,经过细致的焊接、打磨、抛光后，钢管底层喷涂底漆三遍，表面使面漆二遍。活动目的：锻炼上肢力量和身体平衡能力，培养自我挑战的勇气和胆量，培养敏捷的反应能力和身体控制能力，磨练个体意志力。项目简介：综合体能训练障碍赛之水平肋木（又名：弧形肋木、拱形肋木）此项目主要训练拓展者的勇气和自信心，面对困难从容面对不慌乱的心态，因为一单怯懦很可能会无法顺利通过，从而也增强了拓展者的平衡奔跑能力。在400米障碍全程跑进的方法上，主要把握以下几个方面：1、通过障碍物前后的跑进方法。通过垂直障碍物前，跑的动作要轻松，自然，身体重心平稳地前移，具有明显的加速节奏，使人体产生较大的向前速度，以增加起跳时的支撑反作用力和加快起跳动作的速率，从而加强蹬地起跳的效果。通过垂直障碍物后，人体落地时冲击力较大，要注意降低身体重心，屈膝缓冲，随之蹬地起跳，继续跑进。通过水平障碍物（壕沟、低拉网、跨桩）之前，要保持已获得水平速度，加速节奏要明显。通过障碍后，要利用身体向前的冲力，保持水平速度，继续跑进。2、通过400米障碍的呼吸方法。平地跑刚开始时，自然地加深呼吸，呼吸的节奏要和跑的节奏相配合，终点跑时呼吸的频率和深度有所增加，通过障碍时，可“闷气”用力。通过障碍物后，应及时调整呼吸，着重将气呼出，呼吸是利用鼻和半张开的嘴进行的，呼吸方法与中长跑基本相同。

我公司主要经营400米障碍，300米障碍，部队训练器材，军用双杠，军用器材，室外健身器材，篮球架，百米障碍器材

我们的地址：盐山开发区电话：0317-8255176联系手机：13315723198 期待您的咨询

3、400米障碍跑的体力分配。400米障碍跑要求用“均匀”速度跑完全程。400米障碍要先100米平地跑后，才通过障碍物。它要往返200米，通过14个障碍物。顺利快速地通过障碍物是完成全程的重要保证。因此，前100米平地跑要求快速，轻松省力。在障碍与障碍之间的跑进中，应有步点调整阶段，即在通过障碍物后要调整好步点，在通过下一个障碍物前，要稍加快跑速，节奏明显，达到顺利快速地通过障碍物的目的。当所有障碍物通过后，即转入终点跑，要求全力以赴，发扬顽强拼搏精神跑到终点。

拓展器械别名：固定滚轮、抗眩晕滚轮、防眩晕滚轮、飞行转轮

武警训练器材生产厂家 新疆400米障碍器材价格