

# 锦州400米障碍器材厂家

产品名称	锦州400米障碍器材厂家
公司名称	盐山洛龙体育器材销售有限公司
价格	1200.00/件
规格参数	品牌:洛龙 规格:标准 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

### 400米障碍器材厂家

低桩网训练目的：模拟实战训练匍匐前进，避免被流弹击中和减少被击中的几率，主要用于训练中。提高单兵作战能力，锻炼队员反应能力及身体协调能力。提高身体各部位的协调性、体能与智能的协调性。增强自我挑战的能力和勇气，培养克服困难的毅力

400米障碍全程共有8个障碍，但因为是往返跑，所以就是通过16个障碍物。通过顺序是100米跑、转弯、跨越3步桩、跨越壕沟、跨越矮墙、通过高板跳台、爬越水平梯、通过独木桥、攀越高墙、匍匐通过低桩网，然后转弯后再依次跑回去，往返的障碍物时一样的，但通过方式有所区别，比如返回时需跨越的是5步桩。

在中国解放中，考验身体素质、意志忍耐的训练项目，肯定是400米障碍跑