

军用腹肌板厂家 河北腹肌板价格 部队腹肌板尺寸

产品名称	军用腹肌板厂家 河北腹肌板价格 部队腹肌板尺寸
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
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

产品详情

军用腹肌板厂家 河北腹肌板价格 部队腹肌板尺寸400米障碍通由7组障碍,14障碍物,所构往返全程400米障碍场军事体能训练项目,其通顺序:平跑100米—转弯—跨越3步桩—跨越壕沟跳越矮墙—攀越高板跳台—通独木桥—攀越高墙—匍匐通低桩网—转弯(返)—跨越低拉网—攀越高墙—绕行桥柱—跨越高板跳台—钻越洞孔—跳攀壕沟—跨越5步桩—转弯—100米终点。(一)作用通400米障碍传统军事体育训练项目,体能训练重要项目.通障碍训练能发展军事行所需要奔跑,跳跃,攀越,支撑平衡钻爬等基本技能,并能提高速度,耐力,协调,灵敏等身体素质,培养勇敢,坚韧拔意志品质,战迅速通各种工障碍物打良基础。(二)准备

我公司体操运动垫、篮球架、排球系列、羽毛球柱、网球柱、足球门系列、乒乓球桌系列、体质测试系列、体操系列、田径系列、举重系列、有氧健身系列、康复系列、健身路径系列。本公司产品通过iso9001:2000国际质量管理体系认证、iso14001环境管理体系认证和ohs职业健康管理体系认证,是中国平安保险公司产品责任险承保单位、国家体育总局审定单位、国家质量监督检验中心定点单位。北京体育健身总汇以过硬的产品质量、真诚的服务理念、全面的售后服务、程式守信赢得广大消费群体的信赖。我公司生产销售篮球架、室内健身器材、有氧系列器材、室内外乒乓球桌、高中档台球桌、羽毛球柱系列、网球柱系列、排球柱系列、体操系列、田径系列、学校教学产品系列、全民健身系列等体育器材、休闲用品。我公司一贯坚持“质量,用户至上,优质服务,守信合同”的宗旨,公司全体员工以开拓创新的精神与真诚的服务的态度为理念

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

1,般准备.(1)振臂运,4×8拍;(2)扩胸运,4×8拍;(3)体侧运,4×8拍;腹背运,4×8拍;(5)压腿运,4×8拍;(6)转髋运(

快速),4×8拍;(7)跳跃运,4×8拍.2.专门性准备.(1)慢跑物400米;(2)步跑30米×2;(3)高抬腿跑40米×2;蹬跑30米×2;(5)加速跑60米×2.(三)通400米障碍技术通400米障碍跑由平跑通障碍物两部组.1.平跑作技术.平跑作发跑,转弯跑终点跑等.(1)发跑:指起点第障碍物前100米跑.起跑姿势采用站立式或俯卧式起跑;跑作技术与短跑途跑作基本相同.作应放松,步幅阔,节奏明显.(2)转弯跑:400米障碍全程要经三弯跑.弯跑身体向内倾斜,加外侧腿蹬力量摆幅度,并用脚掌内侧着,外侧臂相应加摆力量幅度.内侧腿向内转,脚向内沿转并用脚掌外侧着,同侧臂摆略于外侧臂.(3)终点跑:终点跑指障碍物终点100米冲刺跑.跑作技术与短跑途跑终点撞线作基本相同.军用腹肌板厂家 河北腹肌板价格 部队腹肌板尺寸