

# 宁夏军用双杠移动障碍板400米障碍厂家

产品名称	宁夏军用双杠移动障碍板400米障碍厂家
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	2400.00/副
规格参数	品牌:GS 材质:优质钢材
公司地址	盐山县望树镇宋庄村（注册地址）
联系电话	0317-8255176 15373379958

## 产品详情

宁夏军用双杠移动障碍板400米障碍

第八关：悬挂通过水平梯 & 蹬越跳台高板

通关技能: 跑至水平梯前跃起，双手抓起杠悬挂，一手伸出抓第二杠，另一手松开，伸出抓第三杠，依次前进，到后一根时双手握杠，借助惯性，单脚依次踏上低台和高台，趁势跨越高板着地。

第九关：钻越洞孔

通关技能：单腿屈膝支撑，身体向前弯腰伸头，腹部靠拢大腿，两臂前伸，使腿、头部和两臂同时钻过洞孔。

第十关：跳下攀越壕沟

通关技能：屈膝弯腰，单手撑地跳下壕沟，并迅速用力蹬地起跳向上跃起，两手攀于壕壁上缘，撑起身体，随着一腿屈膝上抬，脚或膝跪于壕壁上缘，后腿上抬，向前两步跑进。