

唐山公安训练器材,部队训练器材,跨桩独木桥厂家,

产品名称	唐山公安训练器材,部队训练器材,跨桩独木桥厂家,
公司名称	河北省达创体育器材有限公司
价格	500.00/件
规格参数	厂家:达创 地址:河北 型号:DC-099
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

产品详情

通独木桥. 通.单脚蹬,身体跃起,迅速踏桥面;跑或走步通,身体重稍降低,保持平衡.至桥端,单腿着缓冲.

保护.训练前检查平衡木否牢固,并打扫平衡木沙土,注意采用自我保护,练习身体失平衡即主跳,并做缓冲作.训练器材 跨桩:由5个直径30厘米,出地面10厘米的跨桩组成.右边三个跨桩的中点相距2.30米,距离跑道中线30厘米,跨桩中点距端线5米.左边两个跨桩的中点相距2.30米,距离跑道中线60厘米,第1跨桩中点距离端线6.15米.跨桩由木桩可水泥构成.

壕沟:长,宽,深各为2米.沟壁应是垂直面.

矮墙:宽2米,1.1米,厚20厘米.洞孔宽50厘米,40厘米,下缘距地面60厘米,设于矮墙左侧.矮墙主要由木板构成.
公训练器材

四百米障碍器材生产厂家4.板跳台:(板1.80米,长2米,宽50厘米,厚5-8厘米.)台1.5米,长,宽各1米.低台,长,宽各1米.板,台,低台间隔1米,由砖,水泥构成.(板由木材构成,支撑材料为角铁.)水平横梯由钢制园管构成,设置至少15个横杠,直径为3-4厘米,四个立柱直径为5厘米以上,度2.5米. 训练器材

标准400米障碍规格尺寸 400米障碍厂家定制

400米障碍训练,是里的一项体能训练,让许多士兵唐山公训练器材,训练器材,跨桩独木桥厂家,苦不堪言,这项训练就是在400米障碍训练中,总共有16道各种各样的障碍,一般情况下能完成400米障碍的人都不简单.当过兵的人都知道400米障碍训练是有时间的,合格时间是两分半,我们知道在没有障碍的情况下跑完四百米需要一分多钟,但是在16道障碍面前,能有多少人能保证在两分半完成呢?所以在中400米障碍对许多士兵来说都是的存在,而且也有不少教官把400米障碍作为体罚项目之一。五公里负重越野,很多人也是知道的,相对来说大多数士兵都会选择五公里负重越野也不会选择400米障碍,由此可见400米障碍训练,公训练器材是多么的可怕400米障碍是我军传统军事体育训练项目,通过训练能够发展军人在军事行动中的奔跑、跳跃、攀越、支撑、平衡、钻爬等综合技能,提速度、耐力、协调、灵敏等身体素质,培养勇敢、顽、坚韧不拔的意志品质,为战时通过各种人工和天然障碍打下良好的基础.训练器

材下面就让兵哥哥教你如何通过400米障碍。400米障碍是通过由8组障碍，16个障碍物，所构成的往返程400米的障碍场的军事体能训练项目，其通过的顺序是:平跑100米—转弯—跨越3步桩—跨越壕沟时跳越矮墙—攀越板跳台—通过云梯—通过独木桥—攀越墙—匍匐通过低桩网—转弯(返回)—跨越低拉网—攀越墙—绕行桥柱—通过云梯—跨越板跳台—钻越洞穴—跳下攀上壕沟—跨越5步桩—转弯—100米终点

攀越墙. 通.臂撑攀越:跑至墙前约1米处,单腿起跳,两手攀住墙缘,使身体撑墙.手脚支撑攀越:单腿起跳,两手攀,撑于墙缘,身体手脚支撑于墙缘.立臂攀越:两腿起跳,两手挂撑于墙缘,撑墙. 保护:保护者位于墙侧,练习者跳失平衡,扶其臂部,防止摔伤.