



(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 106730747 A

(43)申请公布日 2017. 05. 31

(21)申请号 201710010518.7

(22)申请日 2017.01.06

(71)申请人 山东师范大学

地址 250014 山东省济南市文化东路88号

(72)发明人 王森

(74)专利代理机构 济南圣达知识产权代理有限公司

37221

代理人 杨琪

(51) Int. Cl.

A63B 69/22(2006.01)

A63B 69/30(2006.01)

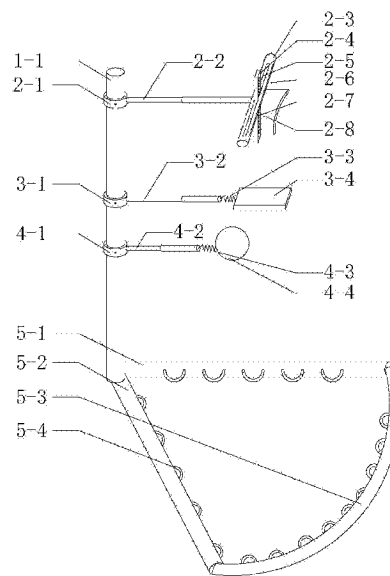
权利要求书1页 说明书3页 附图2页

(54)发明名称

一种散打鞭腿训练器

(57)摘要

本发明涉及一种散打鞭腿训练器,属于体育训练相关技术领域。主要包括:底座;所述底座与竖杆固定连接;所述竖杆上自上至下依次设置有第一套环、第二套环和第三套环;所述第一套环与第一伸缩杆的一端固定连接,第一伸缩杆的另一端与脚靶连接;所述第二套环与第二伸缩杆的一端固定连接,第二伸缩杆的另一端通过弹簧与第一膝靶连接;所述第三套环与第三伸缩杆的一端固定连接,第三伸缩杆的另一端通过弹簧与第二膝靶固定连接。本发明通过设计全新的结构,可以提高散打鞭腿动作训练效果。



1. 一种散打鞭腿训练器,其特征在于,包括:
底座;
所述底座与竖杆固定连接;
所述竖杆上自上至下依次设置有第一套环、第二套环和第三套环;
所述第一套环与第一伸缩杆的一端固定连接,第一伸缩杆的另一端与脚靶连接;
所述第二套环与第二伸缩杆的一端固定连接,第二伸缩杆的另一端通过弹簧与第一膝靶连接;
所述第三套环与第三伸缩杆的一端固定连接,第三伸缩杆的另一端通过弹簧与第二膝靶固定连接。
2. 根据权利要求1所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述脚靶包括与第一伸缩杆固定连接的横管,该横管上设置有竖向的条形通槽,横管横向设置有条形通槽;一竖板贯穿于竖向设置的条形通槽并被紧固件紧固于横管上,其中,所述竖板与弧形靶固定连接。
3. 根据权利要求2所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述竖板具有多个定位孔。
4. 根据权利要求1所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述底座包括固定连接的直钢管,两直钢管的形成的夹角为 90° ,两直钢管的另一端与弧形钢管固定连接。
5. 根据权利要求4所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述底座上具有固定环。
6. 根据权利要求4所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述固定环通过皮带与护膝连接。
7. 根据权利要求1所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述第二膝靶为扣膝球。
8. 根据权利要求1所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述第一膝靶为平板。
9. 根据权利要求4所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述固定环通过皮带与护踝连接。
10. 根据权利要求6所述的散打鞭腿训练器,其特征在于,所述护膝具有凸起部。

一种散打鞭腿训练器

技术领域

[0001] 本发明涉及体育训练相关技术领域,具体的说,是涉及一种散打鞭腿训练器。

背景技术

[0002] 现有技术中,一般通过脚靶和沙袋来提高鞭腿动作质量。而利用脚靶和沙袋进行训练,存在较多的不足,包括:

[0003] (1) 不能够快速掌握动作和形成动作定型。脚靶和沙袋只能让练习者根据鞭腿技术要领去练习,技术各环节不能够形成明确目标,技术细节不能够通过练习顺利达成。

[0004] (2) 不能够形成针对技术环节的力量速度训练。散打脚靶和沙袋只能对完整技术练习,不能够对技术过程各个关键点进行相应的速度力量等方面训练。

[0005] 因此,如何设计一种能够辅助训练的装置,是本领域技术人员亟需解决的问题。

发明内容

[0006] 本发明的目的是为克服上述现有技术的不足,提供一种散打鞭腿训练器。本发明通过设计全新的结构,可以提高散打鞭腿动作训练效果。

[0007] 为了达成上述目的,本发明采用如下技术方案:

[0008] 一种散打鞭腿训练器,包括:

[0009] 底座;

[0010] 所述底座与竖杆固定连接;

[0011] 所述竖杆上自上至下依次设置有第一套环、第二套环和第三套环;

[0012] 所述第一套环与第一伸缩杆的一端固定连接,第一伸缩杆的另一端与脚靶连接;

[0013] 所述第二套环与第二伸缩杆的一端固定连接,第二伸缩杆的另一端通过弹簧与第一膝靶连接;

[0014] 所述第三套环与第三伸缩杆的一端固定连接,第三伸缩杆的另一端通过弹簧与第二膝靶固定连接。

[0015] 优选的,所述脚靶包括与第一伸缩杆固定连接的横管,该横管上设置有竖向的条形通槽,横管横向设置有条形通槽;一竖板贯穿于竖向设置的条形通槽并被紧固件紧固于横管上,其中,所述竖板与弧形靶固定连接。

[0016] 优选的,所述竖板具有多个定位孔。

[0017] 优选的,所述底座包括固定连接的直钢管,两直钢管的形成的夹角为 90° ,两直钢管的另一端与弧形钢管固定连接。

[0018] 优选的,所述底座上具有固定环。

[0019] 优选的,所述固定环通过皮带与护膝连接。

[0020] 优选的,所述第二膝靶为扣膝球。

[0021] 优选的,所述第一膝靶为平板。

[0022] 优选的,所述固定环通过皮带与护踝连接。

[0023] 优选的,所述护膝具有凸起部。

[0024] 本发明的有益效果是:

[0025] (1)在正上方和侧面设置膝靶,正上方的采用平面靶的形式,侧面采用球体,主要目的是帮助鞭腿时快速提膝到达限制高度然后迅速侧扣,帮助练习者快速形成鞭腿技术提膝扣的技术。

[0026] (2)四方位随意调节的弧型脚靶脚的鞭打靶子,同时确定训练者是否达到横击,通过弧形靶不同分区和色彩差异,确定横击技术。

[0027] (3)可通过调整皮带的数量,提高提膝、鞭腿的力量和速度。通过加不同根数、不同方向橡皮带练习提膝,来提高提膝速度力量,鞭腿技术是一个完整整体,提膝速度力量的提高,能够提高鞭打的速度和力量。

[0028] (4)通过调整不同数量的皮带,可以达到增减橡皮带数量的目的,达到提膝和鞭打时有不同负重。

附图说明

[0029] 图1是本发明的结构示意图;

[0030] 图2是本发明中皮带的结构示意图;

[0031] 图3是本发明中护踝的结构示意图;

[0032] 图4是本发明中护膝的结构示意图;

[0033] 图中:

[0034] 竖杆1-1;

[0035] 第一套环2-1,第一伸缩杆2-2,横管2-3,竖板2-4,条形通槽2-5,条形通槽2-6,定位孔2-7,弧形靶2-8;

[0036] 第二套环3-1,第二伸缩杆3-2,弹簧3-3,第一膝靶3-4;

[0037] 第三套环4-1,第三伸缩杆4-2,弹簧4-3,第二膝靶4-4;

[0038] 第一钢管5-1,第二钢管5-2,弧形钢管5-3,固定环5-4;

[0039] 皮带6-1,挂钩6-2;

[0040] 护踝7-1,挂环7-2;

[0041] 护膝8-1,挂钩8-2。

具体实施方式

[0042] 下面将结合附图对本发明进行详细说明。

[0043] 实施例:一种散打鞭腿训练器,其结构如图1-4所示,包括:

[0044] 底座;底座包括固定连接的第一钢管5-1和第二钢管5-2;第一钢管5-1和第二钢管5-2形成的夹角为 90° ,第一钢管5-1和第二钢管5-2均与弧形钢管5-3固定连接,形成封闭结构。其中,所述第一钢管5-1和第二钢管5-2上分别设置有五个固定环5-4,弧形钢管5-3上设置有9个固定环5-4。

[0045] 所述底座(即第一钢管5-1和第二钢管5-2的连接处)与竖杆1-1固定连接;

[0046] 所述竖杆1-1上自上至下依次设置有第一套环2-1、第二套环3-1和第三套环4-1;第一套环2-1、第二套环3-1和第三套环4-1均通过螺栓紧固于竖杆1-1上。

[0047] 所述第一套环2-1与第一伸缩杆2-2的一端固定连接,第一伸缩杆2-2的另一端与脚靶连接。脚靶包括与第一伸缩杆2-2固定连接的横管2-3,该横管2-3上设置有竖向的条形通槽2-5,横管2-3横向设置有条形通槽2-6;一竖板2-4贯穿于竖向设置的条形通槽2-5并被紧固件紧固于横管上2-3。

[0048] 所述竖板2-4的正面具有多个定位孔2-7,侧面与弧形靶2-8固定连接。弧形靶2-8上部为黄色,下部为黑色。

[0049] 所述第二套环3-1与第二伸缩杆3-2的一端固定连接,第二伸缩杆3-2的另一端通过弹簧3-3与第一膝靶3-4连接。优选的,所述第一膝靶3-4为平板。

[0050] 所述第三套环4-1与第三伸缩杆4-2的一端固定连接,第三伸缩杆4-2的另一端通过弹簧4-3与第二膝靶4-4固定连接。所述第二膝靶4-4可为扣膝球。

[0051] 训练前,调整好第一套环2-1、第二套环3-1和第三套环4-1的相对高度并固定,然后调整好脚靶、第一膝靶3-4和第二膝靶4-4相对于竖杆1-1的距离。

[0052] 训练时,快速提膝,直至膝盖触碰到第一膝靶3-4,然后快速转腿,令膝盖侧向碰到第二膝靶4-4,最后快速鞭打小腿,踢到弧形靶2-8即可。

[0053] 作为较佳的选择,还可以通过增加负重来提高训练效果。即:固定环5-4通过皮带6-1与护膝8-1和/或护踝7-1连接。

[0054] 具体来说,皮带6-1的两端分别与一个挂钩6-2连接,其中一个挂钩挂在固定环5-4上,另一个挂钩挂在挂环7-2上,挂环7-2与护踝7-1固定连接。在训练前,将护踝7-1穿戴好即可。通过调整皮带6-1的数量,可以获得不同的阻力,则达到不同的训练效果。

[0055] 同时,皮带6-1的两端分别与一个挂钩6-2连接,其中一个挂钩挂在固定环5-4上,另一个挂钩挂在挂环8-2上,挂环8-2与护膝8-1固定连接。在训练前,将护膝8-1穿戴好即可。通过调整皮带6-1的数量,可以获得不同的阻力,则达到不同的训练效果。

[0056] 护膝8-1的中间部位,较为凸出,能够与膝关节的结构相匹配。

[0057] 对所公开的实施例的上述说明,使本领域专业技术人员能够实现或使用本发明。对实施例的多种修改对本领域的专业技术人员来说将是显而易见的,本文中所定义的一般原理可以在不脱离本发明的精神或范围的情况下,在其它实施例中实现,未予以详细说明和局部放大呈现的部分,为现有技术,在此不进行赘述。因此,本发明将不会被限制于本文所示的这些实施例,而是要符合与本文所公开的原理和特点相一致的最宽的范围。

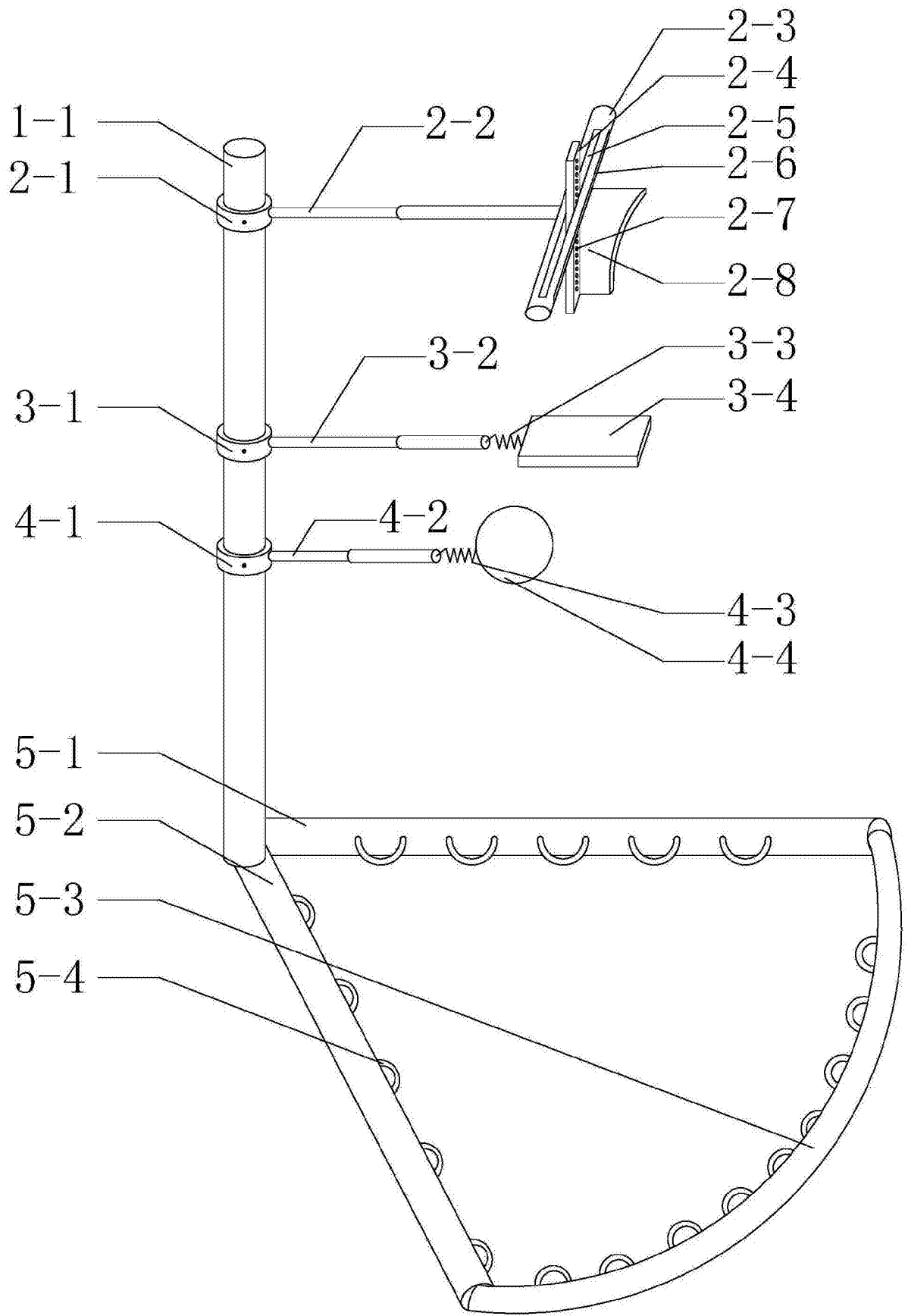


图1

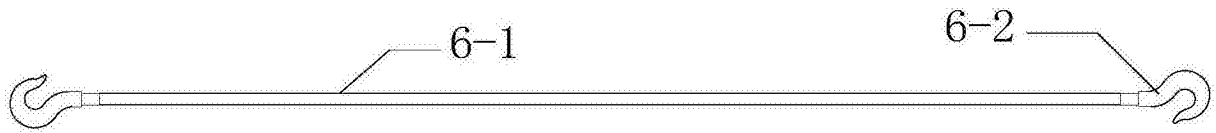


图2

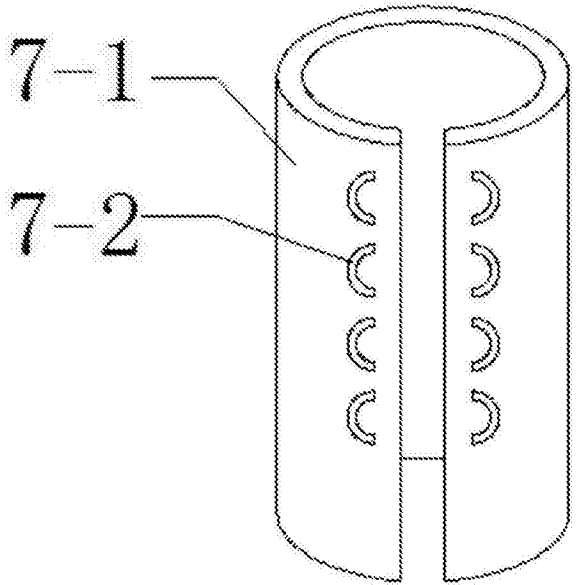


图3

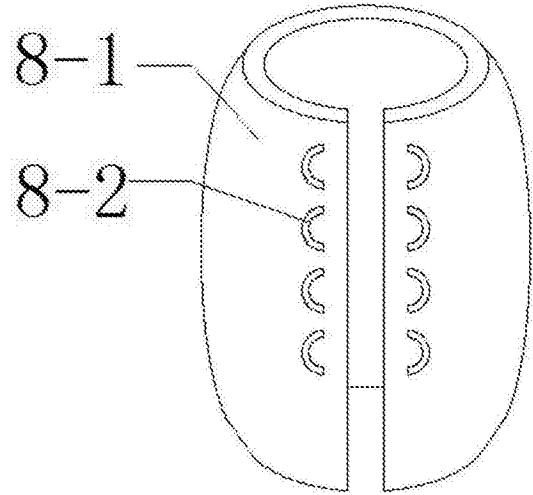


图4