

發明專利說明書

(本說明書格式、順序及粗體字，請勿任意更動，※記號部分請勿填寫)

※ 申請案號：97/12/7284

※ 申請日期：97.7.18

※IPC 分類：A63B 69/34 (2006.01)

一、發明名稱：(中文/英文)

訓練瘦身設備

TRAINING AND FITNESS APPARATUS

二、申請人：(共 1 人)

姓名或名稱：(中文/英文)

艾納尼夫有限公司

ENANEF LIMITED

代表人：(中文/英文)

尼爾桑摩斯/NEIL SUMMERS

住居所或營業所地址：(中文/英文)

英國多斤 RH5 6JW 亞賓格底喬治王山青剛木屋

Beechwood House, King George's Hill, Abinger Bottom, Dorking RH5 6JW,

United Kingdom

國 籍：(中文/英文)

英國/United Kingdom

三、發明人：(共 1 人)

姓 名：(中文/英文)

尼爾桑默斯/SUMMERS, NEIL

國 籍：(中文/英文)

英國/United Kingdom

四、聲明事項：

☐ 主張專利法第二十二條第二項 ☐ 第一款或 ☐ 第二款規定之事實，其事實發生日期為： 年 月 日。

☒ 申請前已向下列國家（地區）申請專利：

【格式請依：受理國家（地區）、申請日、申請案號 順序註記】

☒ 有主張專利法第二十七條第一項國際優先權：

英國 2007/7/20 GB0714106.2

☐ 無主張專利法第二十七條第一項國際優先權：

☐ 主張專利法第二十九條第一項國內優先權：

【格式請依：申請日、申請案號 順序註記】

☐ 主張專利法第三十條生物材料：

☐ 須寄存生物材料者：

國內生物材料 【格式請依：寄存機構、日期、號碼 順序註記】

國外生物材料 【格式請依：寄存國家、機構、日期、號碼 順序註記】

☐ 不須寄存生物材料者：

所屬技術領域中具有通常知識者易於獲得時，不須寄存。

九、發明說明：

【發明所屬之技術領域】

本發明係關於一種訓練暨瘦身設備，尤其係關於一種自衛訓練設備及器材，其特別用於訓練對人體特定部位進行打擊之技巧。

【先前技術】

多種運動及器材被普遍使用於健康之改善方面，及/或藉由減重協助瘦身，以及協助學習並改良許多運動之技能及技術，尤其是在必須作身體接觸之觸身運動、格鬥武術、及自衛之領域中。

尤其，當學習及練習打擊技術（例如腳踢及拳擊）時，最好可使用被設計以吸收打擊衝擊力之器材。此類器材典型地係成加重沙包形狀，或可由第三人所佩帶或穿戴之防護墊形狀。

然而，卻經常需要在一個更逼真地模擬真實生活情境之環境中練習所學之技術。為此目的，開發出了各種模擬部分或整個人體之假人或人體模型，以便可在對他人無潛在傷害之下練習及改進自衛技術。

例如，US 6,110,079 案敘述一跆拳道運動裝置，其包括支撐目標區段之加重基底單元，而此目標區段具有人體之頭、頸及軀幹外形。

所有此類已知設備主要被設計用於格鬥武術及拳擊訓練，其著重在重擊打擊頭部及軀幹。然而，自衛訓練（尤其是婦女基本自衛訓練）包括多種在運動及競賽性格鬥武

術中所不允許之打擊。其具體範例係一種以腳踢或膝部快速向上移動之方式對打擊者之鼠蹊部進行打擊的自衛技術。

US 4,088,315 案揭示一種用於自衛訓練（如在空手道或類似者）之裝置，其包括栩栩如生之具有關節的訓練用假人，其以直立姿勢被支撐在柱上，且具有複數個分開之壓力感受體，其被配置在此假人上之多個不同目標位置處，包括鼠蹊部。此裝置之缺點在於裝置內之重量分佈以及支撐柱之位置，其使得對鼠蹊部的腳踢打擊難以達成。

【發明內容】

本發明之目的在於提供一種運動設備，其具有優於習知設備及傳統訓練方式之優點。

尤其，本發明之目的在於提供一種運動設備，其具備可更有效訓練並練習自衛技術之能力，而此自衛技術尤指涉及對男性鼠蹊部之打擊者。

根據本發明而提供一種運動設備，其包括：至少一基座構件；被配置用以界定第一長形構件及由此第一長形構件處向上延伸之第二長形構件的裝置；此第一長形構件及第二長形構件被連結在目標部處，或藉由目標部而被連結；其中此基座構件相對於此諸長形構件及此目標部而被加重，以便可將此諸長形構件保持在大致直立之位置上。

有利地，此基座構件具有一大致凸出之底面，以便此設備在使用中受打擊之後可自然地返回到大致直立之位置上。

較佳地，此設備具有第一及一第二基座構件，第一基座構件包括第一基座部，其具有大致成凸出之底面，與被配置用以界定由此第一基座部處向上延伸之第一長形構件的裝置；及第二基座構件包括第二基座部，其具有大致成凸出之底面，與被配置用以界定由此第二基座部處向上延伸之第二長形構件的裝置。使每一個長形構件上各具有一基底乃意謂著介於打擊腳部者與目標部之間將無任何障礙。

有利地，此設備之重心係位於第一及第二基座構件中之至少一者的頂面下方。

在一較佳實施例中，第一長形構件造成具有人類第一支腿部之外形的形狀，而第二長形構件則造成具有人類第二支腿部之外形的形狀。

可輕易察覺的是，此運動設備適於包括健身運動慣用設備或自衛練習設備。

此目標部較佳被成形為具有人體鼠蹊部之外形。

為使此設備看起來更像一個人體，此目標部較佳包括一第三部分，造成具有部分或整個人體軀幹之外形的形狀。

有利地，第一基座部及第二基座部係可相對於彼此而移動，且第一基座部及第二基座部被配置成可朝向彼此而移動，以便於貯藏此設備。第一基座部及第二基座部被配置成可環繞此目標部而樞轉。

第一基座部及第二基座部可由實心加重材料製成，但較佳係中空的，且被配置成可容納多量之加重材料。

爲了將此設備在不用時之大小減至最小，該第三部分較佳係可膨脹的。

第一長形構件及第二長形構件亦可爲可膨脹，或者其等可爲硬質的或中空的，並被配置以容納加重材料。

整個設備可爲可膨脹的，或整個設備可爲硬質的。

有利地，此設備具有小於成年男性人類平均重量之總重。

在一實施例中，第一長形構件及第二長形構件較佳地包括用於使此設備可因應對該目標部之打擊而跳離地面的裝置，例如若干位於第一長形構件及第二長形構件中之螺旋彈簧。

除了鼠蹊目標部之外，此設備另亦可包括一喉嚨目標部。

較佳地，僅該目標部係經填裝以墊料。

頭部亦可配置臉部特徵，諸如至少一對眼睛。

下文中將僅經由範例並配合附圖而進一步地敘述本發明。

【實施方式】

如將察覺到的，本發明提供運動設備，且在所示實施例中提供一種自衛訓練運動設備，用以協助作技巧之訓練，而此技巧概括地僅用於擊退打擊者，尤其是男性打擊者。

目前就本設備被特定地設計成專門訓練針對人體的一部位（例如鼠蹊部）進行打擊之方面而論，本發明係特別

有利的，而此打擊在格鬥武術中係傳統上不允許的，但其卻是在基本自衛課程中由於其有效性而被普遍教授。

在本文中所述及之圖式係一根據本發明所實施之自衛訓練設備的多個特定實施例的說明圖解。然而，將可察覺到的是，本發明並不限於所示之諸實施例，因為其可由多種適當材料製成、可包括多種用於以經選定方式或其他之方式安裝實心重物之加重裝置、且可在具有概呈長形之形狀時配置多個延長部分，其等相對於中央部分以一適當之角度延伸。

參照第 1 圖，訓練設備 10 較佳係成一假人或人體模型之形狀，其具有成人男性身體之整體或至少下半部之外形。

此設備 10 包括基座 12，其具有下表面 14 及上表面 16。第一長形構件 18 及第二長形構件 20 自上表面 16 處伸出。第一及第二長形構件 18、20 較佳地被構形為類似人體雙腿。第一及第二長形構件 18、20 被連接至第三構件 22，其在此範例中被構形為包括軀幹、頭部及雙臂之完整上身部分。此第三構件 22 上亦設有目標區域 24，其係位於假人之鼠蹊區域中。為了使用者之舒適，此目標區域 24 通常係由比此設備 10 之其他區域的材料更柔軟之材料所製成。

另一額外目標區域亦被設於此設備 10 之頸部區域，以便協助訓練並練習另一普遍被教授以針對攻擊者氣管部位的基本自衛打擊。

雖然第三構件 22 在本範例中包括軀幹、頭部、及雙臂，但可察覺的是此第三構件之主要特徵係代表人體鼠蹊

部之目標區域 24。

此設備 10 被配置成可自行站立。基座 12 被加重，以便使此設備 10 在使用時被保持在概成直立之位置。基座 12 可為實心，且可由任何適當材料（例如木材或金屬）製成。或者，基座 12 可為中空，且可被配置成包含一種經充分加重之流體或固體，例如水或沙。

基座 12 之下表面 14 包括凸出之圓面。此形狀係有利的，因為這使得此設備 10 可在被使用者推開或打擊之後自動地返回正常直立位置，但條件是此基座 12 必須被充分地加重以便可將此設備之重心保持在此基座 12 上方。第 1 圖中之下表面 14 被顯示成半球形之形狀，但實際上可使用任何圓形之形狀。

較佳地，此設備 10 在使用中之重心係在基座 12 之上表面 16 下方。此一特徵與基座 12 之下表面的圓形或球形凸面形狀之相結合有利地意謂著此設備 10 將不只可自行站立，且此設備 10 儘管有力作用在其上，仍總是可返回至直立位置。

第 2 圖說明本發明之第二實施例，其中此設備包括兩分開之基座 26、32，而非只有單一基座。此設備 10 包括：第一基座 26，其具有下表面 28 與上表面 30；及第二基座 32，其具有下表面 34 與上表面 36。第一長形構件 18 延伸自第一基座 26 之上表面 30，而第二長形構件 20 延伸自第二基座 32 之上表面 36。

本發明被設計成提供比習知設備在針對人體鼠蹊部位

之打擊上更為逼真之經驗。在此方面，當此設備正在使用中，諸基座 26、32 被定位於彼此相隔一距離處，而此距離大的相當於通常人體站立時雙腳間之距離。此使得使用者可將其腳部抬舉在兩個代表腿部的長形構件 18、20 之間，而不會被此諸基座 26、32 所阻礙。較佳地，介於此諸基座 26、32 間之距離以及因此形成於諸長形構件 18、20 間之角度均可被調整，以便可改變以使用者腳部打擊目標區域 24 之難度。亦較佳地，第一基座 26 及第二基座 32 可被配置成彼此相鄰以便於儲藏此設備 10。

第 3 圖說明本發明之第三實施例，其具有與第 2 圖所示下半部的那些特徵相同之特徵。在此範例中，第三構件 22 包括僅有之目標部 24。此係有利的，因為此設備 10 之實際大小被減小而變得更容易儲藏，且由於在製造時所用之材料減少而致使其生產更為廉價。

第 4 圖說明根據本發明所實施之可膨脹設備 10。此設備 10 之諸主要組件係相同於第 2 圖中所示者。唯一在外形上之差異在於兩代表雙腿之長形構件 18、20 覆蓋住其各自基座 26、32 之整個表面。此有利地增加諸長形構件 18、20 之強度，並避免其在被膨脹時形成不想要的彎曲。

本發明亦可包括一個或多個用於使此設備因應對目標區域 24 之打擊而自動地移動之裝置。此自動地移動此設備 10 所需之力可利用任何習知移動裝置予以產生，例如一個或多個位於基座 12；26；32 或長形構件 18、20 中之電動馬達或螺旋彈簧。此移動裝置可藉由位在目標區域 24 中之

若干感測器而以機械或電子方式被觸發。

自衛設備 10 可由任何適當之材料製成爲單一模製構件或其他者。有利地，此設備可部分地或全部地由皮革或帆布材料（諸如習用之沙包）所製成。此設備 10 或此設備 10 之一部分亦可爲可膨脹的，以利於運送及儲藏，例如就只有包括目標區域 24 之第三構件 22 係可膨脹的，或者長形構件 18、20 係可膨脹的。

當然，任何適當之造形及肢體大小與形狀均可被提供用於此設備中，且本發明並不受限於前述實施例之細節。

【圖式簡單說明】

第 1 圖係根據本發明之第一實施例所實施之設備範例之前平面圖；

第 2 圖係根據本發明之第二實施例所實施之設備範例之前平面圖；

第 3 圖係根據本發明之第三實施例所實施之設備範例之前平面圖；及

第 4 圖係根據本發明之第四實施例所實施之設備範例之前平面圖。

【主要元件符號說明】

10	設備
12	基座
14	下表面
16	上表面
18	第一長形構件

20	第 二 長 形 構 件
22	第 三 構 件
24	目 標 區 域
26	第 一 基 座
28	下 表 面
30	上 表 面
32	第 二 基 座
34	下 表 面
36	上 表 面

五、中文發明摘要：

本發明提供一種可包括一般瘦身或自衛訓練設備(10)之運動設備，其具有：基座構件(12)；被配置用以界定第一長形構件(18)及由該第一長形構件處向上延伸之第二長形構件(20)的裝置；而此第一長形構件(18)與此第二長形構件(20)被連結在一目標部(24)處，或藉由此目標部而被連結；其中此基座構件(12)相對於諸長形構件(18、20)及目標部(24)被加重，以試圖將此諸長形構件(18、20)保持在一大致直立之位置上。

六、英文發明摘要：

The present invention provides for exercise apparatus which can comprise general fitness or self-defence training apparatus (10) having a base member (12); means arranged to define a first elongate member (18) and a second elongate member (20) extending upwardly therefrom; the first elongate member (18) and the second elongate member (20) being joined at, or by way of a target portion (24); wherein the base member (12) is weighted relative to the elongate members (18,20) and the target portion (24) so as to seek to keep the elongate members (18,20) in a substantially upright position.

十、申請專利範圍：

1. 一種運動設備，其包括：

至少一基座構件；

被配置用以界定第一長形構件及由該第一長形構件處向上延伸之第二長形構件的裝置；

該第一長形構件及該第二長形構件在目標部處或藉由一目標部而被連結；

其中該基座構件相對於該等長形構件及該目標部被加重，以便將該等長形構件保持在大致直立之位置。

2. 如申請專利範圍第 1 項之運動設備，其中該基座構件具有大致成凸出之底面。

3. 如申請專利範圍第 1 項之運動設備，其中至少一基座構件具有第一及第二基座構件，該第一基座構件包括：

一第一基座部，其具有一大致成凸出之底面，與被配置用以界定由該第一基座部處向上延伸之第一長形構件的裝置；及該第二基座構件包括：

一第二基座部，其具有一大致成凸出之底面，與被配置用以界定由該第二基座部處向上延伸之第二長形構件的裝置。

4. 如申請專利範圍第 1、2 或 3 項之運動設備，其中重心係位於該基座構件之頂面下方。

5. 如申請專利範圍第 1 至 4 項中任一項或多項之運動設備，其中將該第一長形構件造成具有人類第一支腿部之外形的形狀，即將該第二長形構件造成具有人類第二支

腿部之外形的形狀。

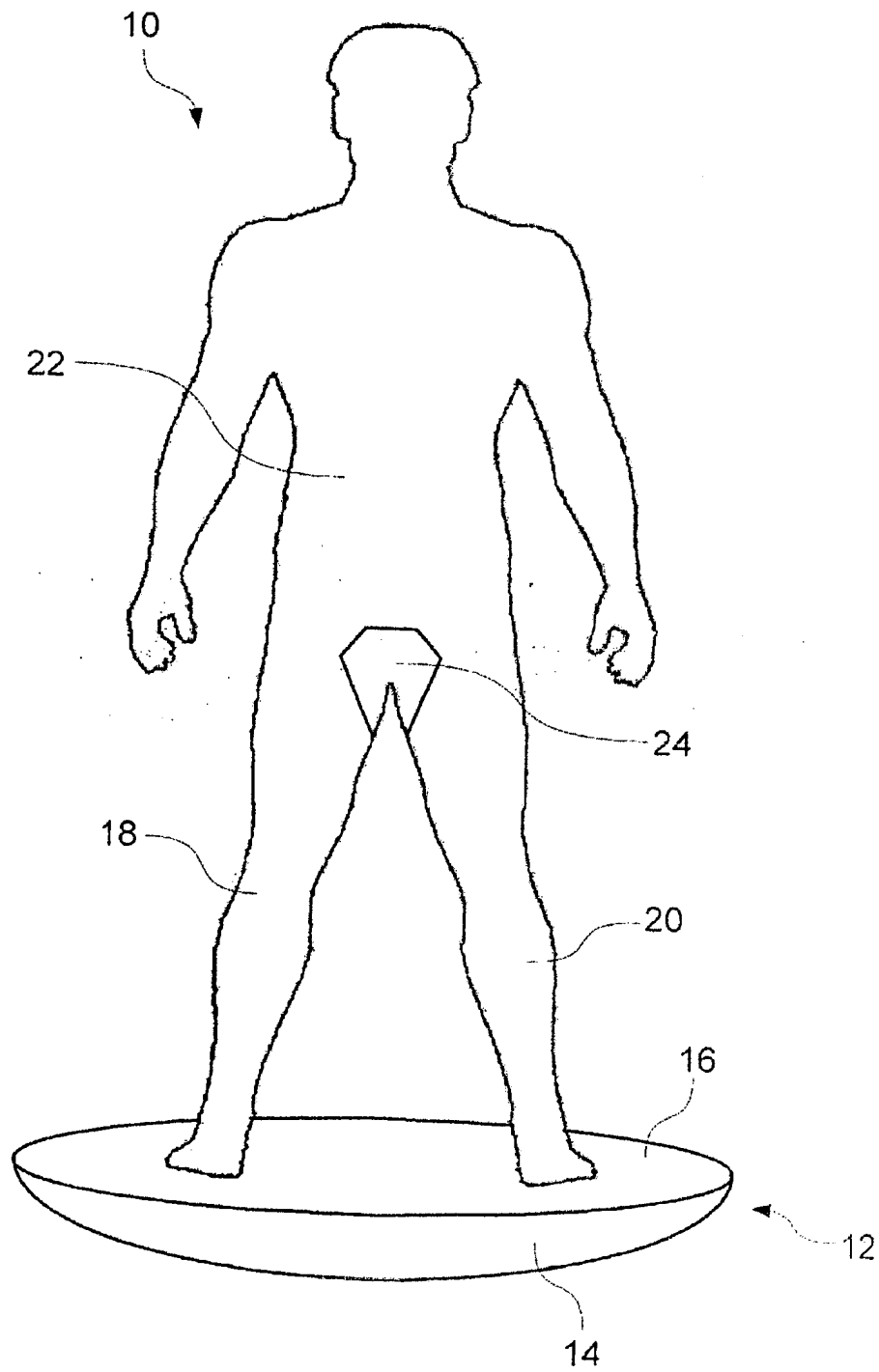
- 6.如申請專利範圍第 1 至 5 項中任一項或多項之運動設備，其中將該目標部造成具有人體鼠蹊部之外形的形狀。
- 7.如申請專利範圍第 1 至 6 項中任一項或多項之運動設備，其中該目標部包括一第三部分。
- 8.如申請專利範圍第 1 至 7 項中任一項或多項之運動設備，其中將該第三部分造成具有部分人體軀幹或整個人體軀幹之外形的形狀。
- 9.如申請專利範圍第 3 至 8 項中任一項或多項之運動設備，其中該第一基座部及該第二基座部係可相對於彼此而移動。
- 10.如申請專利範圍第 9 項之運動設備，其中該第一基座部及該第二基座部被配置成可朝向彼此而移動，以便於貯藏該設備。
- 11.如申請專利範圍第 9 或 10 項之運動設備，其中該第一基座部及該第二基座部被配置成可環繞該目標部而樞轉。
- 12.如申請專利範圍第 1 至 11 項中任一項或多項之運動設備，其中該基座構件係中空的，且被配置成可容納多量之加重材料。
- 13.如申請專利範圍第 7 至 12 項中任一項或多項之運動設備，其中該第三部分係可膨脹的。
- 14.如申請專利範圍第 1 至 13 項中任一項或多項之運動設

- 備，其中該第一長形構件及該第二長形構件係硬質的。
- 15.如申請專利範圍第 1 至 14 項中任一項或多項之運動設備，其中該第一長形構件及該第二長形構件係中空的。
- 16.如申請專利範圍第 1 至 13 項中任一項或多項之運動設備，其中該第一長形構件及該第二長形構件係可膨脹的。
- 17.如申請專利範圍第 1 至 16 項中任一項或多項之運動設備，其中該運動設備總重小於成年男性人類平均重量。
- 18.如申請專利範圍第 1 至 17 項中任一項或多項之運動設備，其中該第一長形構件及該第二長形構件包括用於使該設備可因應對該目標部之打擊而跳離地面的裝置。
- 19.如申請專利範圍第 18 項之運動設備，其中該用於使該設備可因應對該目標部之打擊而跳離地面的裝置包括至少一個螺旋彈簧在該第一長形構件及該第二長形構件中。
- 20.如申請專利範圍第 1 至 19 項中任一項或多項之運動設備，其中該運動設備包括一鼠蹊目標部及一喉嚨目標部。
- 21.如申請專利範圍第 1 至 20 項中任一項或多項之運動設備，其中僅該目標部係經填裝以墊料者。
- 22.如前述申請專利範圍中任一或多項之運動設備，其中包括訓練瘦身設備。
- 23.如申請專利範圍第 1 至 21 項中任一項或多項之運動設備，且該運動設備包括自衛訓練設備。

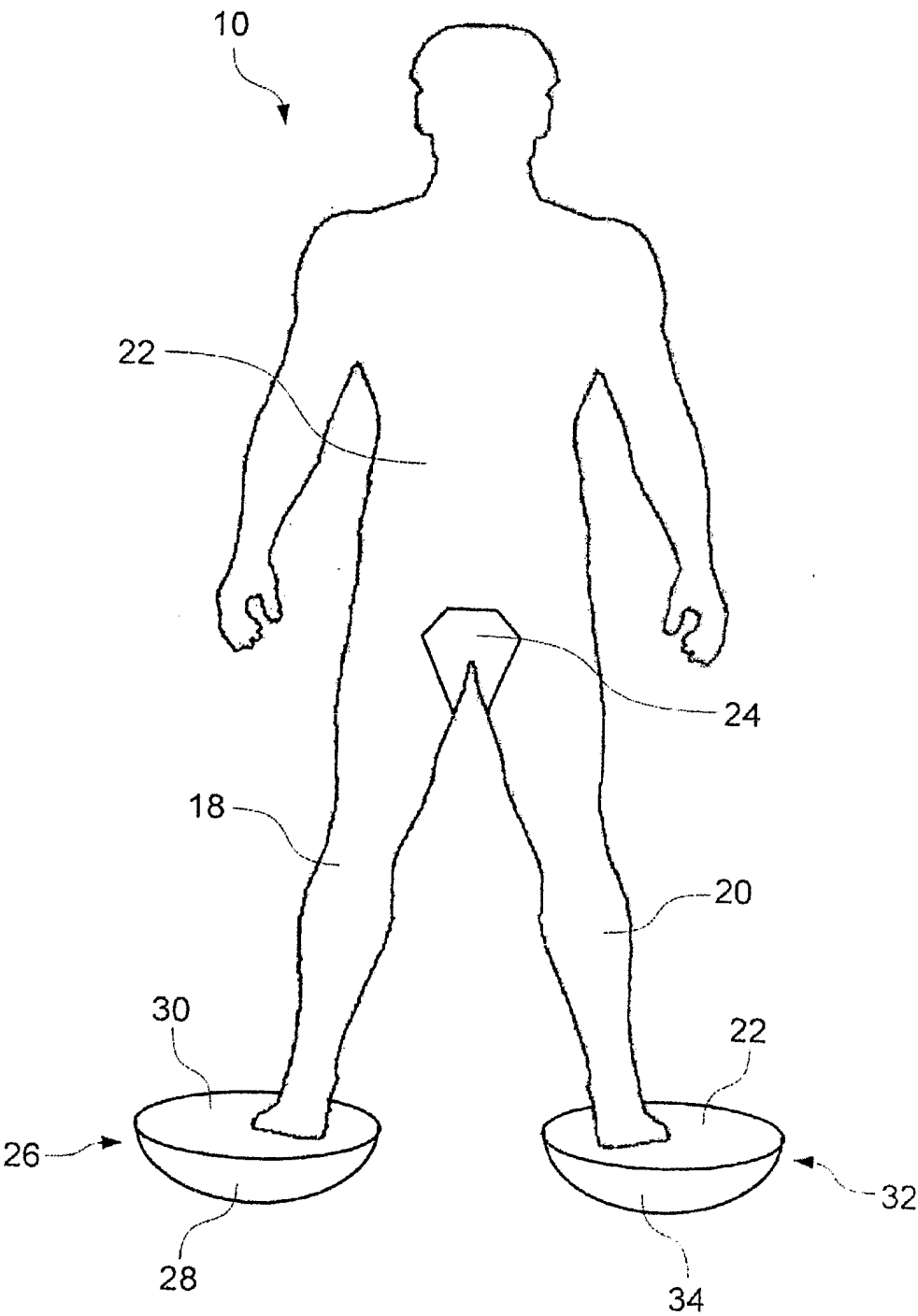
24.一種大致如前文所述並參照如第 1、2、3 或 4 圖中所示之運動設備。

十一、圖式：

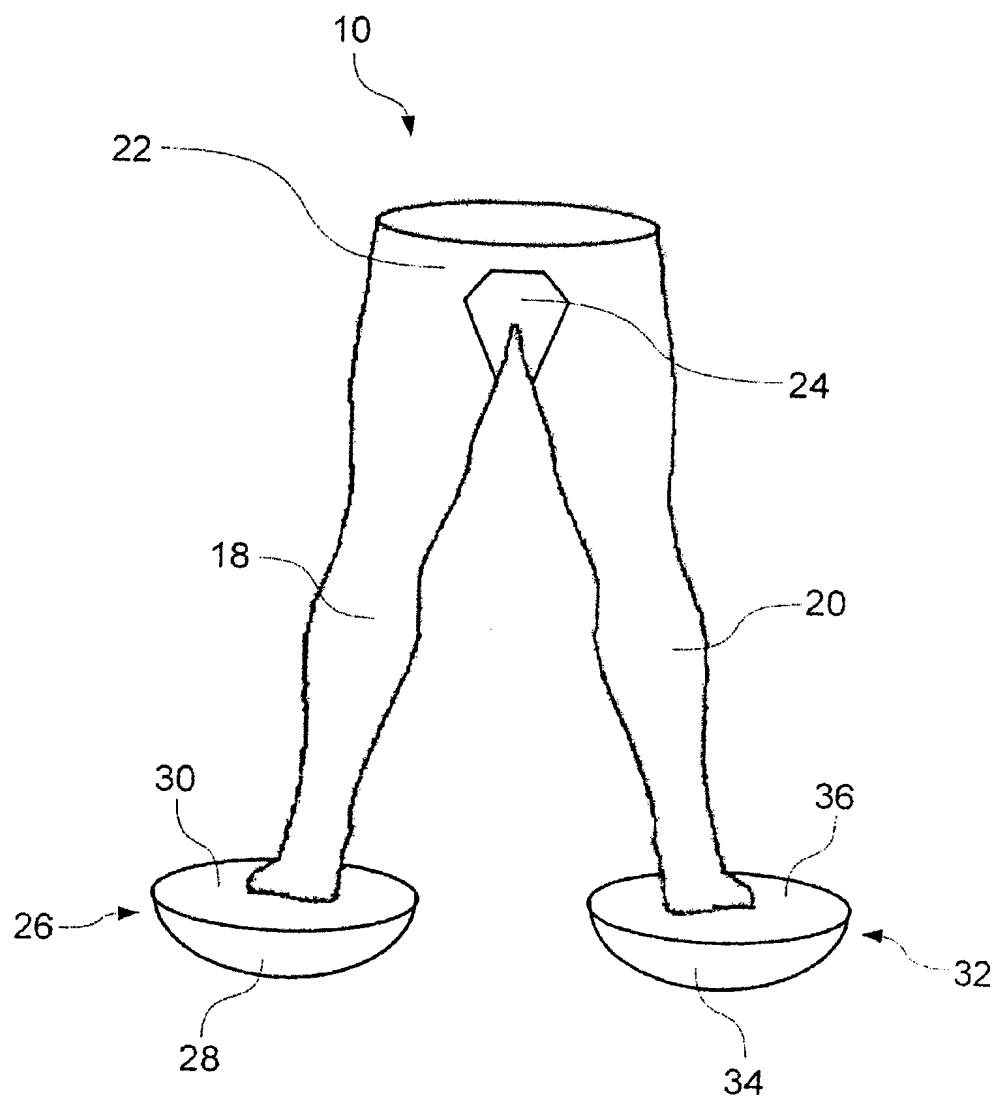
1/4



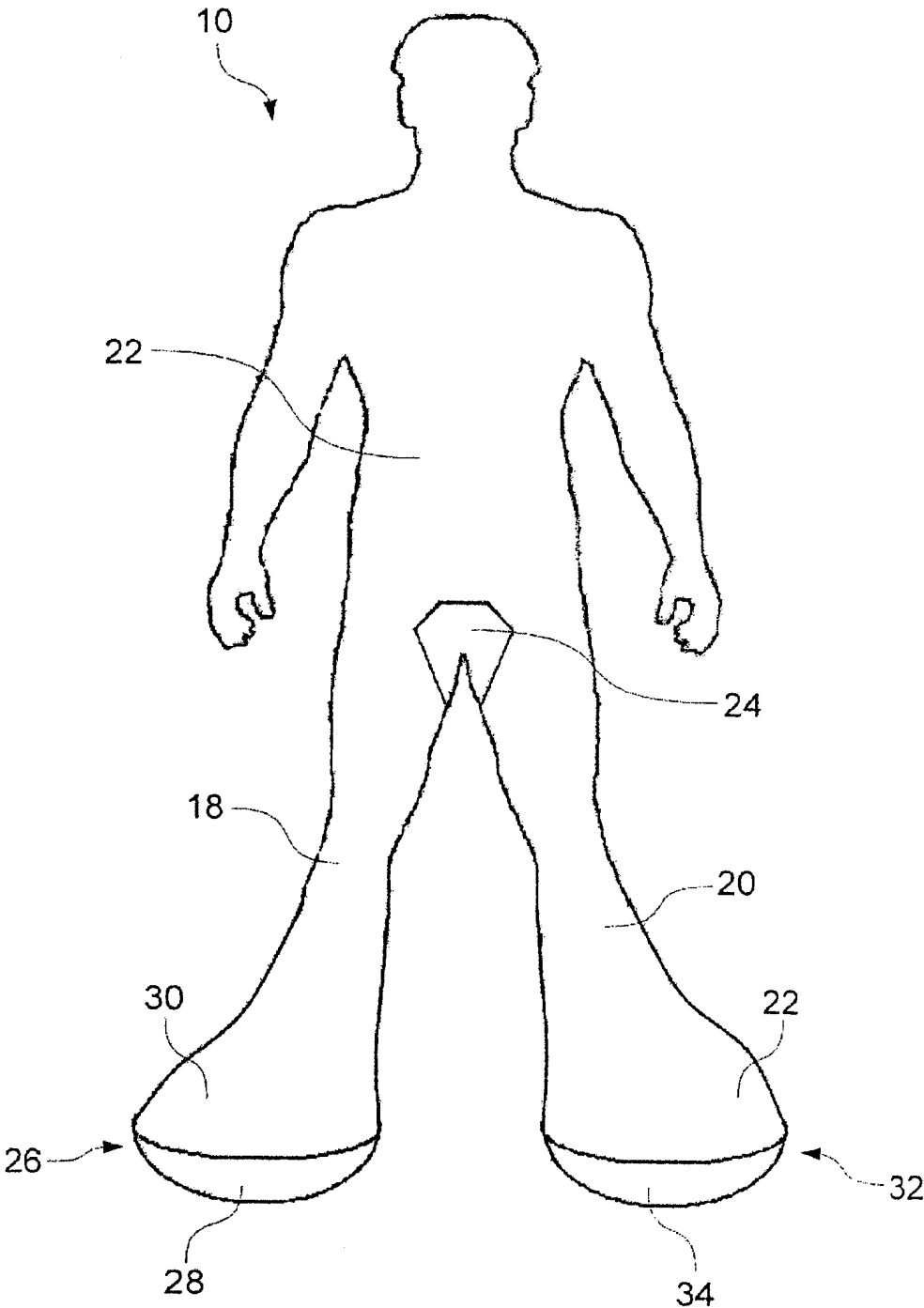
第 1 圖



第 2 圖



第 3 圖



第 4 圖

七、指定代表圖：

(一)本案指定代表圖為：第 1 圖。

(二)本代表圖之元件符號簡單說明：

10	設備
12	基座
14	下表面
16	上表面
18	第一長形構件
20	第二長形構件
22	第三構件
24	目標區域

八、本案若有化學式時，請揭示最能顯示發明特徵的化學式：

無。