



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 205626897 U

(45)授权公告日 2016.10.12

(21)申请号 201620305526.5

(22)申请日 2016.04.13

(73)专利权人 燕山大学

地址 066004 河北省秦皇岛市海港区河北大街438号

(72)发明人 徐熳

(51)Int.Cl.

A63B 23/04(2006.01)

A63B 23/08(2006.01)

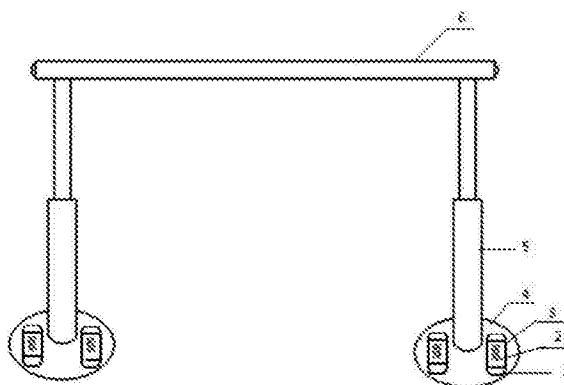
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

(54)实用新型名称

一种带多功能踝关节练习器的把杆

(57)摘要

本实用新型属于舞蹈领域,特别涉及一种带多功能踝关节练习器的把杆。它由以下技术特征构成:该底盘上固定立柱,立柱上端固定把杆,底盘上立柱两侧分别设有一对脚踏板,脚踏板下端中间设有凸起,压缩弹簧一端固定在脚踏板下端凸起内,压缩弹簧另一端固定在底盘凹槽内,脚踏板上前后固定安装呢绒搭扣固定双脚,脚踏板后端设有脚挡板。该把杆进行柔韧性练习的同时还能够在进行脚踝练习,在底盘上固定管两侧设有双脚踏板,踏板下端设有压缩弹簧,双脚站在踏板上或坐在凳子上做外翻、内翻、前、后和圆周练习,该实用新型结构简单,功能齐全,不占空间,使用方便,给练习者使用带来方便。



1.一种带多功能踝关节练习器的把杆,由脚踏板(1),压缩弹簧(2),呢绒搭扣(3),底盘(4),立柱(5),把杆(6)组成,其一侧,其特征在于:该底盘(4)上固定立柱(5),立柱(5)上端固定把杆(6),所述底盘(4)上立柱(5)两侧分别设有一对脚踏板(1),所述脚踏板(1)下端中间设有凸起,压缩弹簧(2)一端固定在脚踏板(1)下端凸起内,压缩弹簧(2)另一端固定在底盘(4)凹槽内,所述脚踏板(1)上前后固定安装呢绒搭扣(3)固定双脚,所述脚踏板(1)后端设有脚挡板,另一侧与上述结构相同。

一种带多功能踝关节练习器的把杆

技术领域

[0001] 本实用新型属于舞蹈领域,一种带多功能踝关节练习器的把杆。

背景技术

[0002] 现有舞蹈把杆其结构单一,功能单一,练习方式单一,适用范围小,不能满足舞蹈练习者的需要,给练习者带来不便。

实用新型内容

[0003] 本实用新型要解决的技术问题是:克服现有技术存在的不足,提供一种带多功能踝关节练习器的把杆。该把杆进行柔韧性练习同时还可以在底盘上进行踝关节练习,底盘上设有双脚踏板,踏板下端设有压缩弹簧,双手握住把杆双脚站在踏板上或坐在凳子上做外翻、内翻、前、后和圆周练习,从而达到练习腿部关节的灵活性、平衡性、协调性、小腿肌肉和脚踝力量,双脚还可以顺时针或逆时针转动膝关节、踝关节和宽关节练习,该实用新型结构简单,功能齐全,不占空间,使用方便,给练习者使用带来方便。

[0004] 为解决上述技术问题,本实用新型所采用的技术方案是:一种带多功能踝关节练习器的把杆,由脚踏板,压缩弹簧,呢绒搭扣,底盘,立柱,把杆组成,其一侧,其特征在于:该底盘上固定立柱,立柱上端固定把杆,所述底盘上立柱两侧分别设有一对脚踏板,所述脚踏板下端中间设有凸起,压缩弹簧一端固定在脚踏板下端凸起内,压缩弹簧另一端固定在底盘凹槽内,所述脚踏板上前后固定安装呢绒搭扣固定双脚,所述脚踏板后端设有脚挡板,另一侧与上述结构相同。

[0005] 本实用新型的有益效果是:该把杆进行柔韧性练习的同时还能够在进行脚踝练习,在底盘上固定管两侧设有双脚踏板,踏板下端设有压缩弹簧,双脚站在踏板上或坐在凳子上做外翻、内翻、前、后和圆周练习,该实用新型结构简单,功能齐全,不占空间,使用方便,给练习者使用带来方便。

附图说明

[0006] 下面结合附图和具体实施方式对本实用新型做进一步详细地说明。

[0007] 图1是一种带多功能踝关节练习器的把杆主体示意图。

[0008] 图中

[0009] 1—脚踏板,2—压缩弹簧,3—呢绒搭扣,4—底盘,5—立柱,6—把杆

具体实施方式

[0010] 本实用新型是根据现行的把杆的问题提出的。本实用新型的主体结构如图1所示,它由以下各部件结构技术特征构成:一种带多功能踝关节练习器的把杆,由脚踏板1,压缩弹簧2,呢绒搭扣3,底盘4,立柱5,把杆6组成,该底盘4上固定立柱5,立柱5上端固定把杆6,所述底盘4上立柱5两侧分别设有一对脚踏板1,所述脚踏板1下端中间设有凸起,压缩弹簧2

一端固定在脚踏板1下端凸起内,压缩弹簧2另一端固定在底盘4凹槽内,所述脚踏板1上前后固定安装呢绒搭扣3固定双脚,防止双脚滑下脚踏板1,所述脚踏板1后端设有脚挡板。

[0011] 使用一种多功能带踝关节练习器的把杆的方法:使用时,双手握住把杆,双脚站在脚踏板上,也可以坐在凳子上,然后用呢绒搭扣固定双脚或单脚做外翻、内翻、前、后和圆周练习,还可以练习腿部关节的灵活性、平衡性、协调性、小腿肌肉和脚踝力量,双脚可以顺时针或逆时针转动膝关节、踝关节和宽关节。

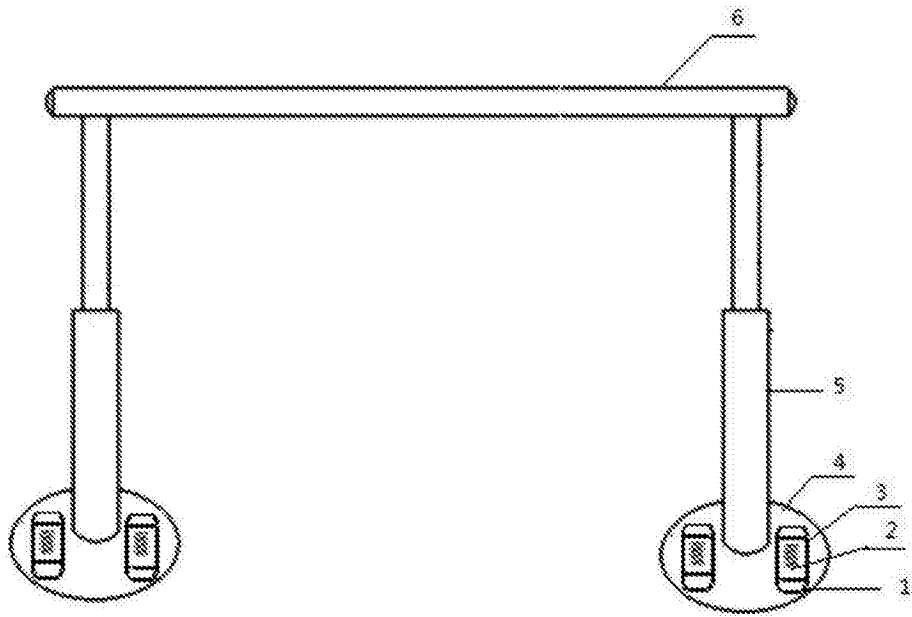


图1