



(21) 申请号 202123026834.4

(22) 申请日 2021.12.02

(73) 专利权人 胡春泉

地址 235000 安徽省淮北市相山区新华巷
89号4栋2单元404室

(72) 发明人 胡春泉

(74) 专利代理机构 合肥诚兴知识产权代理有限公司 34109

专利代理师 汤茂盛

(51) Int. Cl.

A63B 69/34 (2006.01)

(ESM) 同样的发明创造已同日申请发明专利

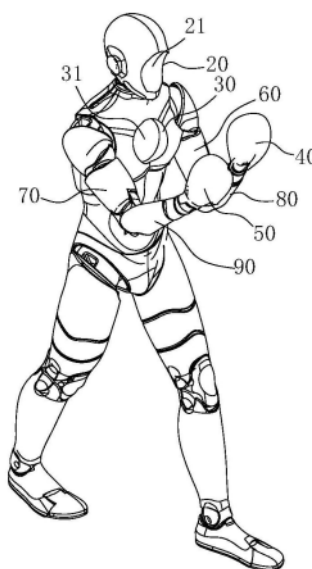
权利要求书1页 说明书3页 附图2页

(54) 实用新型名称

拳击训练桩

(57) 摘要

本实用新型提供一种拳击训练桩,包括桩体,桩体上设置有引导练习者的直拳路径约束引导区。上述方案就是在训练桩的桩体上直拳路径约束引导区,对拳击练习者出拳动作起到引领作用,即对拳击练习者出拳的方向和位置施加约束与引导,练习者就无法随意的出拳,必须沿着直拳路径约束引导区限定的方向和路径出拳、伸臂,这对初学者练习直拳能够起到无师自通的训练效果,当然也适合具有适当拳击能力的练习者训练使用。



1. 一种拳击训练桩,包括桩体(10),其特征在于:桩体(10)上设置有引导练习者的直拳路径约束引导区,所述的直拳路径约束引导区为桩体(10)上设置有凹孔和/或假人形状的桩体(10)上的收臂式的手臂围置区域。

2. 根据权利要求1所述的拳击训练桩,其特征在于:所述的凹孔包括设置在假人形状的桩体(10)的面部位置处的第一凹孔(20)。

3. 根据权利要求2所述的拳击训练桩,其特征在于:所述的第一凹孔(20)为假人形状的桩体(10)张大的口形区域。

4. 根据权利要求1所述的拳击训练桩,其特征在于:所述的凹孔包括第二凹孔(30),第二凹孔(30)设置在假人形状的桩体(10)的胸部位置处。

5. 根据权利要求1所述的拳击训练桩,其特征在于:左、右手(40、50)在左、右向向上闪开的间距构成直拳路径约束引导区。

6. 根据权利要求5所述的拳击训练桩,其特征在于:所述的桩体(10)呈左、右后臂(60、70)夹收于桩体(10)左、右侧,左、右前臂(80、90)之间的间距构成直拳路径约束引导区。

7. 根据权利要求3所述的拳击训练桩,其特征在于:假人形状的桩体(10)的左、右手(40、50)在左、右向向上闪开的间距与第一凹孔(20)的左右向开度吻合且位于第一凹孔(20)的前方。

8. 根据权利要求6所述的拳击训练桩,其特征在于:桩体(10)上的左、右后臂(60、70)夹收于桩体(10)左、右侧,左、右前臂(80、90)之间的间距与第二凹孔(30)的左右向开度吻合且位于第二凹孔(30)的前方,第二凹孔(30)设置在假人形状的桩体(10)的胸部位置处。

9. 根据权利要求2或3所述的拳击训练桩,其特征在于:桩体(10)上设置的第一凹孔(20)、第二凹孔(30)的孔底设置有第一、二击打靶(21、31),第二凹孔(30)设置在假人形状的桩体(10)的胸部位置处。

10. 根据权利要求9所述的拳击训练桩,其特征在于:第一、二击打靶(21、31)上设置有压力传感器,压力传感器采集的信号输送至处理器,处理器输出控制信号至显示单元、音响提示单元。

11. 根据权利要求5或6或7所述的拳击训练桩,其特征在于:手臂围置区域构成上勾拳的路径约束引导区。

拳击训练桩

技术领域

[0001] 本实用新型涉及健身器材,具体讲是一种拳击训练的假人桩械。

背景技术

[0002] 为提高身体素质,拳击训练无疑是年轻人的一种喜好选择,现有技术中的拳击训练桩或称假人为拳击训练提供拳击目标对象。

[0003] 名称为“一种学员用拳击练习反应训练器”(CN 112717359 A)公开的技术内容不仅为学员提供了一种拳击训练器械,而且还有利于练习者的反应能力的训练,其中的启动训练板7内部设置的多个电动伸缩杆12,在电动伸缩杆12的作用下促使伸缩支架11的伸展,从而带动伸缩支架11一端安装的受力板14从训练板7外侧开设的多个限位孔8内向外界伸出,从而吸引使用者的注意力,对受力板14进行拳击训练,受力板14内部固定安装有压力传感器15,在感应到外力的冲击时,对外力进行记录,并通过显示屏21显示数据的同时,触发其中一个电动伸缩杆12关闭,将受力板14收缩至训练板7的内部。该方案中的多个受力板14布置在训练板7的板面上,处于不同位置处的受力板14逐个伸出、被击打后回缩,以此训练练习者的出拳方向、击打部位和出拳时机,提高训练者的反应能力,另外还设置了障碍杆35,以提高训练者的站位及步伐调整能力。

[0004] 名称为“一种武术训练用智能桩”(CN106975209 A)公开的技术方案旨在使训练者能够进行直拳练习、摆拳练习、勾拳练习以及鞭腿练习。当训练者准备进行直拳训练时,训练者朝手练持靶端21的击打靶出拳,训练者对击打靶211施压一个水平向后的力,一号转动关节22带动手练持靶端21的击打靶211处于竖直状态,以使击打靶211的受力面与训练者的施力方向垂直,从而使得击打靶211做缓冲运动的方向与受力方向一致;当训练者从击打靶211正前方使用勾拳自下而上对手练持靶端21施加斜向上的作用力时,一号转动关节22能够带动手练持靶端21上下摆动到一定角度,以使得击打靶211的受力面与受力方向垂直,从而使得击打靶211做缓冲运动的方向与受力方向一致;当训练者从击打靶211左右两侧使用勾拳自下而上对手练持靶端21施加斜向上的作用力时,二号转动关节23能够带动一号转动关节22旋转,进而带动手练持靶端21旋转,以使得击打靶211的受力面与受力方向垂直,从而使得击打靶211做缓冲运动的方向与受力方向一致。由此可见,该武术训练用智能桩利用击打靶211的不同部位实现直拳、勾拳和摆拳的目的。

[0005] 上述现有技术存在的共同缺陷是:在练习直拳时,练习桩或器械没有提供直拳出拳路径的引导与约束,这对初学者来讲,无法纠正错误的出拳方式,照此以往,训练者可能养成难以纠正的出拳姿势,为后续技能提高埋下隐患。

实用新型内容

[0006] 本实用新型的目的是提供一种拳击训练桩,对练习者提供直拳出拳路径的引导以此训练练习者正确的出拳姿势。

[0007] 为实现上述目的,本实用新型采用了以下技术方案:一种拳击训练桩,包括桩体,

其特征在于:桩体上设置有引导练习者的直拳路径约束引导区。

[0008] 上述方案就是在训练桩的桩体上直拳路径约束引导区,对拳击练习者出拳动作起到引领作用,即对拳击练习者出拳的方向和位置施加约束与引导,练习者就无法随意的出拳,必须沿着直拳路径约束引导区限定的方向和路径出拳、伸臂,这对初学者练习直拳能够起到无师自通的训练效果,当然也适合具有适当拳击能力的练习者训练使用。

附图说明

[0009] 图1、2是本实用新型的立体结构示意图。

具体实施方式

[0010] 拳击练习时,采用训练桩训练是有效的手段,在无陪练的情况下已然可以进行训练,本实用新型就是基于此种考虑而研发的,尤其是可以纠正直拳出拳时的错误姿势,所采用的技术方案是在拳击训练桩的桩体10上设置有直拳路径约束引导区。

[0011] 拳击中有直拳、勾拳和摆拳等基本拳法,初学者最易出现的错误就是直拳出拳时包含了摆拳和勾拳的姿势,也就是说拳头没有沿直线路径出拳,其击打效果难以实现直拳的攻击效果。本实用新型中的直拳路径约束引导区能够约束和引导出拳的路径和方向,避免了出拳路径呈现为弧线路径,确保了直拳的直线路径。

[0012] 更具体的,所述的直拳路径约束引导区为桩体10上设置有凹孔。即桩体10上设置凹孔即构成了直拳路径约束引导区,凹孔不仅提供需要击打的目标位置,并且在凹孔口和孔壁的约束下引导拳体的移动方向和路径,自然也就避免了出拳路径呈现为弧线路径,确保了直拳的直线路径。

[0013] 作为优选方案,所述的凹孔包括设置在假人形状的桩体10的面部位置处的第一凹孔20。利用假人作为训练对象具有趣味性和真实模拟性的效果,而直拳的击打部位为对手的面部为有效击打部位,所以本实用新型在假人形状的桩体10的面部位置处设置第一凹孔20;更优选的方案是所述的第一凹孔20为假人形状的桩体10张大的口形区域。选择在桩体10上头部的面部位置处以张大的口形区域构成直拳路径约束引导区,可以用于正常身高的训练者练习直拳。

[0014] 结合附图1、2,所述的凹孔包括第二凹孔30,第二凹孔30设置在假人形状的桩体10的胸部位置处。

[0015] 在假人形状的桩体10的胸部位置处设置第二凹孔30,可以用于正常身高的练习者训练,练习时站姿要稍低些即可,另外还可以供身高矮小的练习者训练使用。

[0016] 上述方案说明的是通过设置凹孔的方案可以实现直拳路径约束引导区;以下说明的是由练习者的手和手臂构成的直拳路径约束引导区。

[0017] 所述的直拳路径约束引导区为假人形状的桩体10上的收臂式的手臂围置区域。

[0018] 优选的,左、右手40、50在左、右向向上闪开的间距构成直拳路径约束引导区。

[0019] 所述的桩体10呈左、右后臂60、70夹收于桩体10左、右侧,左、右前臂80、90之间的间距构成直拳路径约束引导区。

[0020] 上述方案中,手部及臂部均可以构成直拳路径约束引导区。

[0021] 为了提高训练时的真实感并且保证出拳时,身体的摆动幅度及手臂的伸收姿势得

以全面正确的引导,左、右手40、50左、右方向上闪开的间距与第一凹孔20的左右向开度吻合且位于第一凹孔20的前方。

[0022] 上述方案不仅提供了第一凹孔20对拳头的出拳末段的约束,还利用桩体10的左、右手40、50构成的约束区域对练习者出拳过程的前、中段姿势加以约束引导,从而保证了对直拳出拳的全过程姿势的正确与否施以约束、引导,即练习者的拳头首先要通过左、右手40、50之间的约束区域,沿着直线方向伸展臂部并最后击打至第一凹孔20内。

[0023] 更进一步的,左、右前臂80、90之间的间距与第二凹孔30的左右向开度吻合且位于第二凹孔30的前方。

[0024] 上述方案中,桩体10上的左、右后臂60、70夹收于桩体10左、右侧,左、右后臂60、70夹收于桩体10左、右侧也就是左、右后臂60、70的肘部尽量靠拢至身体部位,避免左、右两前臂呈八字形,即避免了拳路约束区域下部敞阔的现象,这样可以减少直拳练习参杂着摆拳尤其是夹杂着勾拳的动作、姿势,导致直拳的出拳动作变形。

[0025] 假人形状的桩体10面部位置上设置的第一凹孔20、胸部位置处第二凹孔30的孔底为第一、二击打靶21、31。在第一凹孔20、第二凹孔30的孔底处设置第一、二击打靶21、31,让练习者初步掌握了直拳的动作要领的前提下,可以逐步的加大出拳力度,以提高直拳的训练目的,即直拳练习的准、狠目的。

[0026] 优选的,手臂围置区域构成上勾拳的路径约束引导区。因此,本实用新型不仅可以用于直拳的训练,同时也可以用于上勾拳的训练,训练者沿手臂围置区域构成的约束路径出拳击打训练桩的胸部和下巴部位,即可实施上勾拳训练。

[0027] 第一、二击打靶21、31上设置有压力传感器,压力传感器采集的信号输送至处理器,处理器输出控制信号至显示单元、音响提示单元。压力传感器可以设置在第一、二击打靶21、31与桩体10本体之间用于采集打击力,传感器采集到的打击信号传输至处理器,处理器输出控制信号至显示单元、音响提示单元。上述方案中,传感器用于采集击打力度的评价,处理器对击打力度信号加以处理,并经过显示单元显示击打的力度,或由音响提示单元提示击打力度的效果,如音响提示单元发出惨痛或嘲笑声,表示击打力度很强或没有击中目标等,提高训练的积极性和成就感。

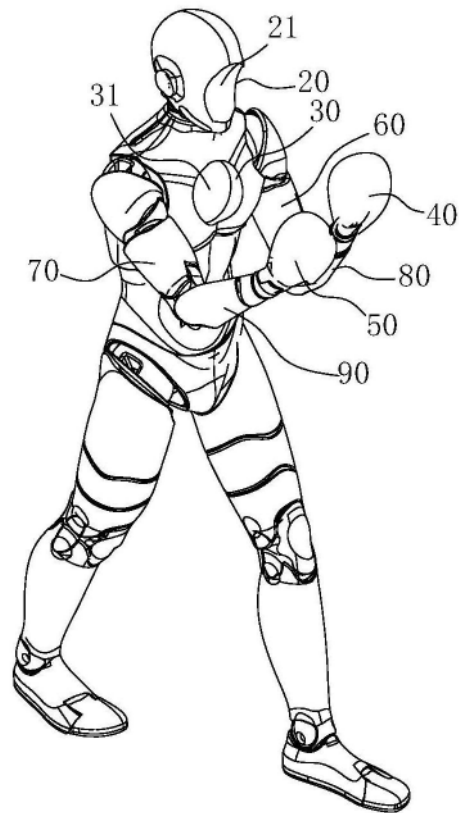


图1

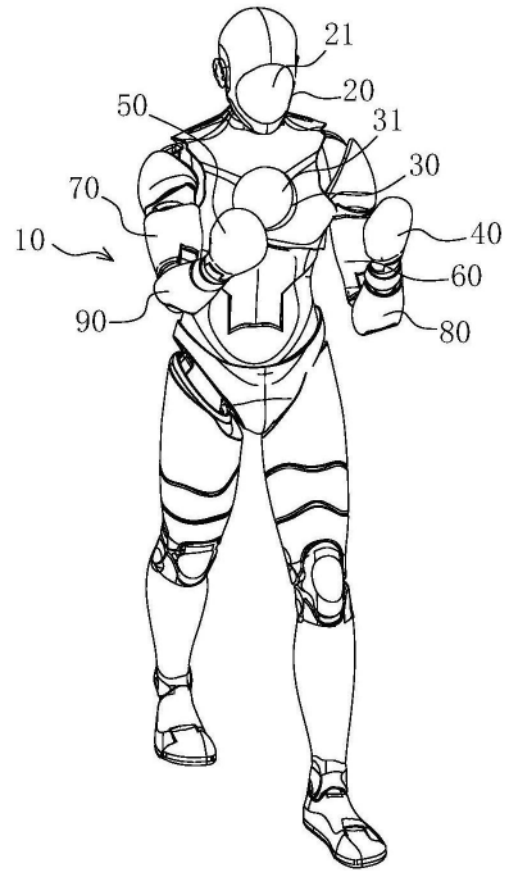


图2