



(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 106975202 A

(43)申请公布日 2017. 07. 25

(21)申请号 201710329982.2

(22)申请日 2017.05.11

(71)申请人 杭州厚谋创意设计有限公司

地址 310018 浙江省杭州市经济技术开发区
下沙街道天城东路80号北苑大厦5
幢二单元525室

(72)发明人 葛召营 木合塔尔·米吉提
葛铁岭 葛帅杰 郑淳丹 沈林宝

(51)Int.Cl.

A63B 26/00(2006.01)

A63B 69/00(2006.01)

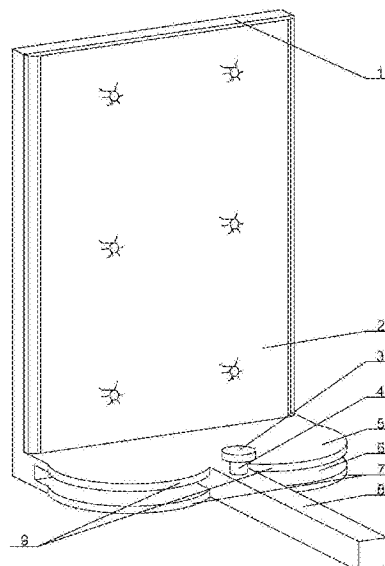
权利要求书1页 说明书3页 附图3页

(54)发明名称

一种腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板

(57)摘要

一种腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,涉及一种体能训练器具,座板(5)的后部与靠背(1)的下端连接,座板的前部面中部至座板的两侧分别设有圆形面板,座板两侧的圆形面板分别设置分为上圆形面板(9)和下圆形面板(7),在两上圆形面板和下圆形面板之间分别形成槽(6),一侧外旋转板(11)和另一侧外旋转板(12)内端中部设置的插板(23)插在座板两侧的槽中,所述一侧外旋转板和另一侧外旋转板的插板分别通过穿轴(28)铰接连接;本发明利用座板的两个槽和穿轴使一侧外旋转板的“┐”形板和另一侧外旋转板形成活动连接,“┐”形板和“┐”形板获取两腿的强制劈叉训练。



1. 一种腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 包括座板 (5) 和靠背 (1), 其特征是: 座板 (5) 的后部与靠背 (1) 的下端连接, 座板 (5) 的前部面中部至座板 (5) 的两侧分别设有圆形面板, 座板 (5) 两侧的圆形面板分别设置分为上圆形面板 (9) 和下圆形面板 (7), 在两上圆形面板 (9) 和下圆形面板 (7) 之间分别形成槽 (6), 一侧外旋转板 (11) 和另一侧外旋转板 (12) 内端中部设置的插板 (23) 插在座板 (5) 两侧的槽 (6) 中, 所述一侧外旋转板 (11) 和另一侧外旋转板 (12) 的插板 (23) 分别通过穿轴 (28) 铰接连接。

2. 根据权利要求1所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 在靠背 (1) 的前部面设有柔性垫 (2)。

3. 根据权利要求1所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 座板 (5) 前部面中部与防前倾条 (8) 的内端固定连接。

4. 根据权利要求3所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 在防前倾条 (8) 的靠近内端上部设有柱体 (4), 所述柱体 (4) 上端设有扩径板 (3)。

5. 根据权利要求1所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 在座板 (5) 的两下圆形面板 (7) 中部分别设有光孔 (26), 所述光孔 (26) 下端设有扩径口 (27), 两下圆形面板 (7) 光孔 (26) 对应的两上圆形面板 (9) 的下部面上分别设有内螺纹盲孔 (25), 两穿轴 (28) 中部分别穿在一侧外旋转板 (11) 插板 (23) 的上的圆孔 (24) 和另一侧外旋转板 (12) 的插板 (23) 上的圆孔 (24) 后, 所述两穿轴 (28) 上部的外螺纹 (30) 连接两上圆形面板 (9) 的内螺纹盲孔 (25)。

6. 根据权利要求5所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 在两穿轴 (28) 的下端分别设有旋拧片 (29), 两旋拧片 (29) 处于两光孔 (26) 下端的扩径口 (27) 中。

7. 根据权利要求1所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 在一侧外旋转板 (11) 的上部面中部设有“┐”形板 (13), 所述“┐”形板 (13) 的立板处于靠近另一侧外旋转板 (12) 一侧, 在另一侧外旋转板 (12) 的上部面中部设有“┌”形板 (14), 所述“┌”形板 (14) 的立板处于靠近一侧外旋转板 (11) 一侧; 在一侧外旋转板 (11) 和另一侧外旋转板 (12) 的“┐”形板 (13) 和“┌”形板 (14) 上部面中部分别设有螺孔 (21), 拉杆A (16) 的内端通过螺丝 (15) 连接“┐”形板 (13) 的螺孔 (21); 拉杆B (17) 的内端通过另一螺丝 (15) 连接“┌”形板 (14) 的螺孔 (21); 拉杆A (16) 和拉杆B (17) 的外端通过轴 (19) 连接。

8. 根据权利要求7所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 拉杆A (16) 和拉杆B (17) 外端的轴 (19) 与拉绳 (18) 的外端连接, 拉绳 (18) 的绳内端 (10) 与防前倾条 (8) 的柱体 (4) 连接。

9. 根据权利要求1所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 在一侧外旋转板 (11) 和另一侧外旋转板 (12) 的外端分别设有轮子 (20)。

10. 根据权利要求1所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板, 其特征是: 在一侧外旋转板 (11) 和另一侧外旋转板 (12) 内端的插板 (23) 上下分别设有圆弧凹陷 (22)。

一种腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板

【技术领域】

[0001] 本发明涉及一种体能训练器具,尤其是涉及一种腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板。

【背景技术】

[0002] 已知的,一字马又叫劈腿、劈叉,两条腿的软开度完全通过练习练出来的,不过不同的人需要的时间不同,有人天生软就很快,天生硬的就很难。一字马是武术、舞蹈、体操、柔术等的基本功。目前的基本功练习不仅需要吃很多苦的,而且练习时需要他人辅助,在各种舞蹈、瑜伽、钢管舞或武术训练班中的方法是:练习者在劈叉动作时,需要有人辅助按压,也就是练习者背靠墙壁,由两个人一个人负责一条腿往墙面推压,推压时利用手部控制膝盖不弯曲,这样不仅耗费人力,而且单独在家或独立训练时,腿部弯曲或劈叉训练是无法练习的。

【发明内容】

[0003] 为了克服背景技术中的不足,本发明公开一种腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,利用座板的两个槽和穿轴使一侧外旋转板的“┐”形板和另一侧外旋转板形成活动连接,“┐”形板和“┌”形板获取两腿的强制劈叉训练。

[0004] 为实现上述发明目的,本发明采用如下技术方案:

[0005] 一种腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,包括座板和靠背,座板的后部与靠背的下端连接,座板的前部面中部至座板的两侧分别设有圆形面板,座板两侧的圆形面板分别设置分为上圆形面板和下圆形面板,在两上圆形面板和下圆形面板之间分别形成槽,一侧外旋转板和另一侧外旋转板内端中部设置的插板插在座板两侧的槽中,所述一侧外旋转板和另一侧外旋转板的插板分别通过穿轴铰接连接。

[0006] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,在靠背的前部面设有柔性垫。

[0007] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,座板前部面中部与防前倾条的内端固定连接。

[0008] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,在防前倾条的靠近内端上部设有柱体,所述柱体上端设有扩径板。

[0009] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,在座板的两下圆形面板中部分别设有光孔,所述光孔下端设有扩径口,两下圆形面板光孔对应的两上圆形面板的下部面上分别设有内螺纹盲孔,两穿轴中部分别穿在一侧外旋转板插板的上的圆孔和另一侧外旋转板的插板上的圆孔后,所述两穿轴上部的外螺纹连接两上圆形面板的内螺纹盲孔。

[0010] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,在两穿轴的下端分别设有旋拧片,两旋拧片处于两光孔下端的扩径口中。

[0011] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,在一侧外旋转板的上部面中部设有“┐”形板,所述“┐”形板的立板处于靠近另一侧外旋转板一侧,在另一侧外旋转板的

上部面中部设有“┐”形板,所述“┐”形板的立板处于靠近一侧外旋转板一侧;在一侧外旋转板和另一侧外旋转板的“┐”形板和“┐”形板上部面中部分别设有螺孔,拉杆A的内端通过螺丝连接“┐”形板的螺孔;拉杆B的内端通过另一螺丝连接“┐”形板的螺孔;拉杆A和拉杆B的外端通过轴连接。

[0012] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,拉杆A和拉杆B外端的轴与拉绳的外端连接,拉绳的绳内端与防前倾条的柱体连接。

[0013] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,在一侧外旋转板和另一侧外旋转板的外端分别设有轮子。

[0014] 所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,在一侧外旋转板和另一侧外旋转板内端的插板上下分别设有圆弧凹陷。

[0015] 由于采用如上所述的技术方案,本发明具有如下有益效果:

[0016] 本发明所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,通过将座板前部面两侧至后部两侧设置上圆形面板和下圆形面板,利用两上圆形面板和两下圆形面板之间形成的槽连接一侧外旋转板和另一侧外旋转板,利用一侧外旋转板的“┐”形板和另一侧外旋转板的“┐”形板限制腿部漆盖不弯曲,通过拉绳的牵引使拉杆A推动一侧外旋转板、拉杆B推动另一侧外旋转板,获取两腿的强制劈叉训练;本发明方便了练功时的独立练习,有效克服了现有技术需要有人辅助才能练习的弊端。

【附图说明】

[0017] 图1是本发明的立体结构示意图;

[0018] 图2是本发明的使用状态结构示意图;

[0019] 图3是本发明的两外旋转板立体结构示意图;

[0020] 图4是本发明的座板的槽以及穿轴的连接结构示意图;

[0021] 图中:1、靠背;2、柔性垫;3、扩径板;4、柱体;5、座板;6、槽;7、下圆形面板;8、防前倾条;9、上圆形面板;10、绳内端;11、一侧外旋转板;12、另一侧外旋转板;13、“┐”形板;14、“┐”形板;15、螺丝;16、拉杆A;17、拉杆B;18、拉绳;19、轴;20、轮子;21、螺孔;22、圆弧凹陷;23、插板;24、圆孔;25、内螺纹盲孔;26、光孔;27、扩径口;28、穿轴;29、旋拧片;30、外螺纹。

【具体实施方式】

[0022] 通过下面的实施例可以更详细的解释本发明,公开本发明的目的旨在保护本发明范围内的一切变化和改进,本发明并不局限于下面的实施例;

[0023] 结合附图1~4所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,包括座板5和靠背1,座板5的后部与靠背1的下端连接,在靠背1的前部面设有柔性垫2,座板5前部面中部与防前倾条8的内端固定连接,在防前倾条8的靠近内端上部设有柱体4,所述柱体4上端设有扩径板3;座板5的前部面中部至座板5的两侧分别设有圆形面板,座板5两侧的圆形面板分别设置分为上圆形面板9和下圆形面板7,在两上圆形面板9和下圆形面板7之间分别形成槽6,一侧外旋转板11和另一侧外旋转板12内端中部设置的插板23插在座板5两侧的槽6中,所述一侧外旋转板11和另一侧外旋转板12的插板23分别通过穿轴28铰接连接,在一侧外旋转板11和另一侧外旋转板12的外端分别设有轮子20。

[0024] 结合附图4,在座板5的两下圆形面板7中部分别设有光孔26,所述光孔26下端设有扩径口27,两下圆形面板7光孔26对应的两上圆形面板9的下部面上分别设有内螺纹盲孔25,两穿轴28中部分别穿在一侧外旋转板11插板23的上的圆孔24和另一侧外旋转板12的插板23上的圆孔24后,所述两穿轴28上部的外螺纹30连接两上圆形面板9的内螺纹盲孔25,在两穿轴28的下端分别设有旋拧片29,两旋拧片29处于两光孔26下端的扩径口27中。

[0025] 结合附图3,在一侧外旋转板11的上部面中部设有“┐”形板13,所述“┐”形板13的立板处于靠近另一侧外旋转板12一侧,在另一侧外旋转板12的上部面中部设有“┌”形板14,所述“┌”形板14的立板处于靠近一侧外旋转板11一侧;在一侧外旋转板11和另一侧外旋转板12的“┐”形板13和“┌”形板14上部面中部分别设有螺孔21,拉杆A16的内端通过螺丝15连接“┐”形板13的螺孔21;拉杆B17的内端通过另一螺丝15连接“┌”形板14的螺孔21;拉杆A16和拉杆B17的外端通过轴19连接,在一侧外旋转板11和另一侧外旋转板12内端的插板23上下分别设有圆弧凹陷22。

[0026] 结合附图2,拉杆A16和拉杆B17外端的轴19与拉绳18的外端连接,拉绳18的绳内端10与防前倾条8的柱体4连接。

[0027] 实施本发明所述的腿部一字马拉伸用韧性训练装置的后座板,使用时,将本发明的靠背1靠在墙壁上,使用者坐在座板5上,这时的两腿膝盖分别处于一侧外旋转板11的“┐”形板13内和另一侧外旋转板12的“┌”形板14内,然后利用拉绳18使拉杆A16和拉杆B17的外端朝向座板5拉紧,这时的一侧外旋转板11和另一侧外旋转板12开始往两侧分开,当达到牵引角度时,将拉绳18缠绕在柱体4上,使用多次后每次都逐渐的使拉绳18的牵引力度加大,同时两腿也获取规范的一字马劈叉角度;本发明适合在家的独立练习或各种舞蹈、瑜伽、钢管舞或武术训练班中的集体练习。

[0028] 本发明未详述部分为现有技术。

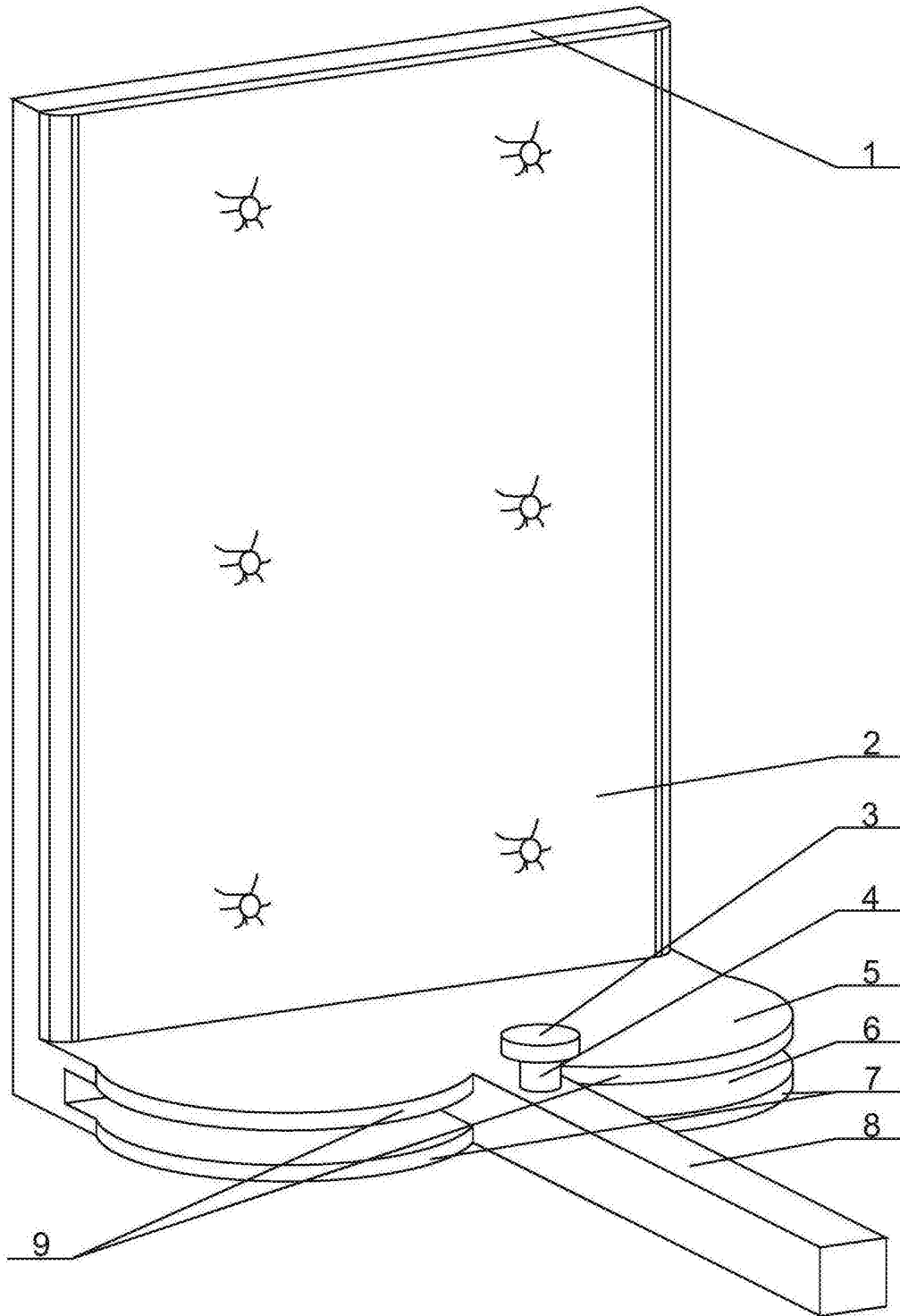


图1

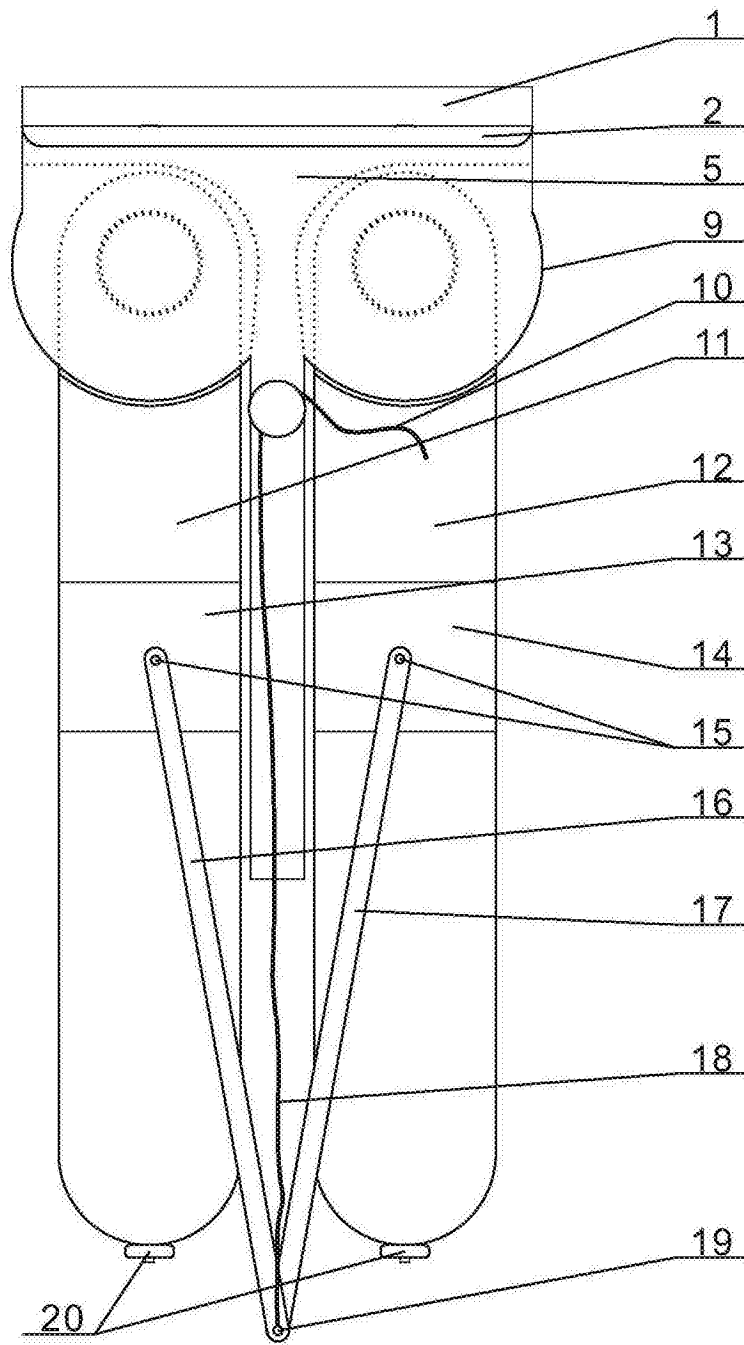


图2

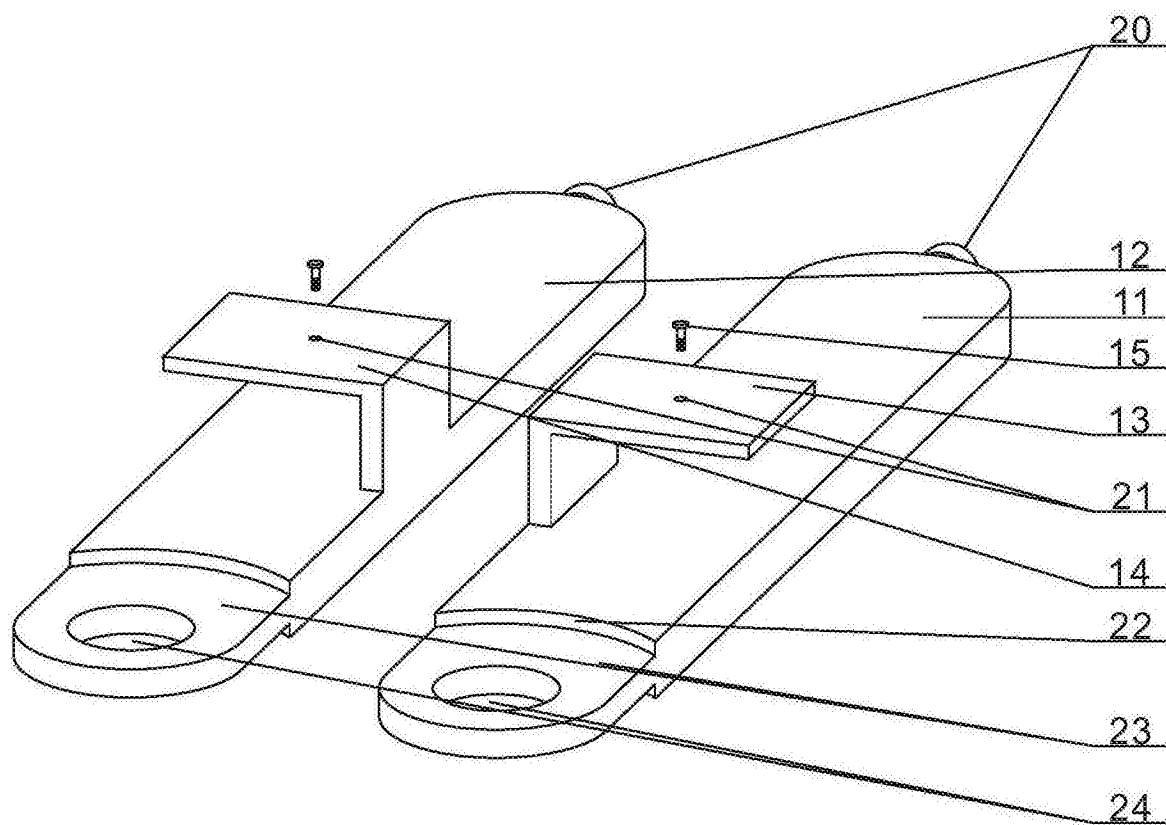


图3

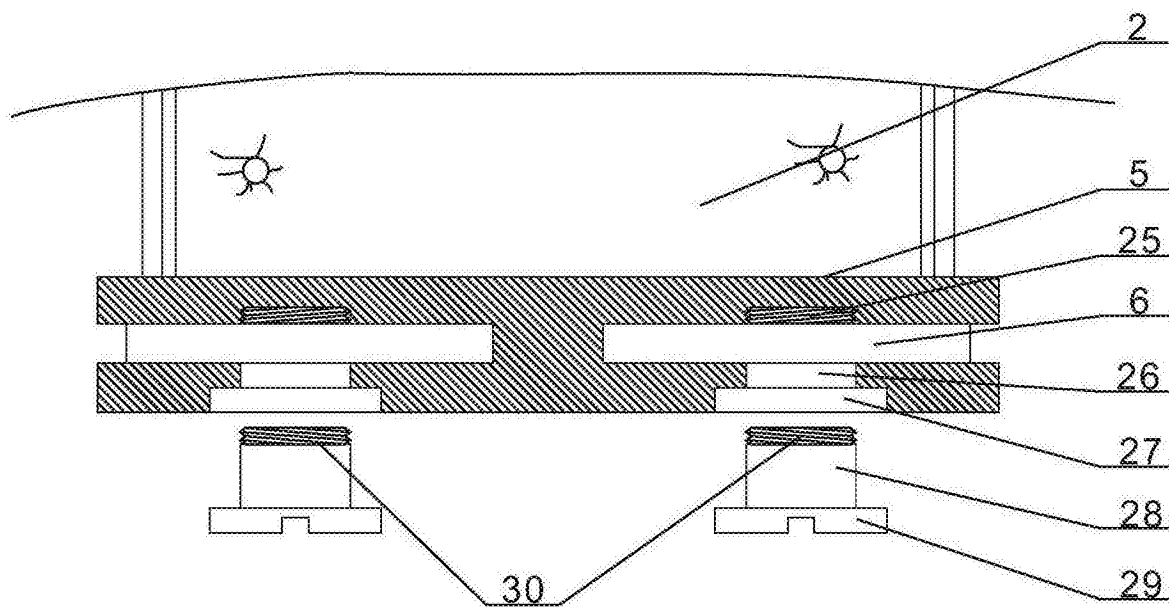


图4