



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 205127268 U

(45) 授权公告日 2016. 04. 06

(21) 申请号 201520925821. 6

(22) 申请日 2015. 11. 19

(73) 专利权人 齐鲁师范学院

地址 250200 山东省济南市章丘市文博路2号齐鲁师范学院

(72) 发明人 张锋

(74) 专利代理机构 济南鼎信专利商标代理事务所(普通合伙) 37245

代理人 曹玉琳

(51) Int. Cl.

A63B 21/055(2006. 01)

A63B 23/04(2006. 01)

A63B 23/02(2006. 01)

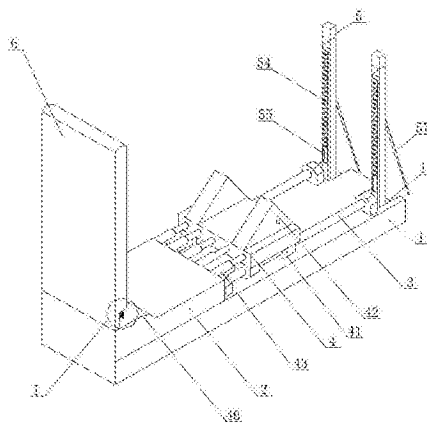
权利要求书1页 说明书4页 附图4页

(54) 实用新型名称

一种新型体育训练器械

(57) 摘要

本实用新型公开了一种新型体育训练器械,包括底座,所述底座上设置座板、第一滑轨和滑板,所述滑板设置脚踏座,所述座板内并排设置若干个套管,所述套管内设置第一弹簧,所述第一弹簧设置活动杆,所述底座设置开槽,所述开槽内设置滑杆,所述滑杆的底端设置第二滑块,所述底座内设置与滑杆相对应的滑槽,所述滑槽内设置与第二滑块相配合的第二滑槽,所述滑杆内设置第一安装槽,所述第一安装槽内设置第二滑轨,所述第二滑轨上设置第三滑块,所述第三滑块上设置第二弹簧,所述第二弹簧设置柔性手拉环。本实用新型的有益效果在于:可以放置于室内或室外使用,利用本器械训练时在对腿部力量进行训练的同时,还注重对全身肌肉的协调性练习。



1. 一种新型体育训练器械,包括底座(1),其特征在于:所述底座(1)上设置座板(2)和第一滑轨(3),所述第一滑轨(3)对称设置在底座(1)的两端,所述第一滑轨(3)上设置滑板(4),所述滑板(4)通过第一滑块(41)与第一滑轨(3)滑动连接,所述滑板(4)远离第一滑块(41)的一端设置脚踏座(42),所述座板(2)内并排设置若干个套管(43),所述套管(43)内设置第一弹簧(44),所述第一弹簧(44)的一端与套管(43)连接,另一端设置活动杆(45),所述活动杆(45)的另一端伸出套管(43)的外侧并与滑板(4)连接,所述底座(1)远离座板(2)的一端设置数量、位置与第一滑轨(3)相对应的开槽(11),所述开槽(11)内设置滑杆(5),所述滑杆(5)与底座(1)转动连接,所述滑杆(5)的底端设置第二滑块(51),所述底座(1)内设置与滑杆(5)相对应的滑槽,所述滑槽与第一滑轨(3)平行,所述滑槽内轴向设置与第二滑块(51)相配合的第二滑槽,所述滑杆(5)内设置第一安装槽,所述第一安装槽内设置第二滑轨(52),所述第二滑轨(52)上设置第三滑块(53),所述第三滑块(53)上设置第二弹簧(54),所述第二弹簧(54)的一端与第三滑块(53)连接,另一端设置柔性手拉环(55)。

2. 根据权利要求1所述的一种新型体育训练器械,其特征在于:所述座板(2)远离滑板(4)的一端设置靠背(6),所述靠背(6)与座板(2)铰接,所述靠背(6)的底端设置第三弹簧(61),所述第三弹簧(61)的一端与靠背(6)连接,另一端与座板(2)连接。

3. 根据权利要求1所述的一种新型体育训练器械,其特征在于:所述座板(2)远离滑板(4)的一端设置柔性凸起(46),所述柔性凸起(46)的端面为弧形。

4. 根据权利要求1所述的一种新型体育训练器械,其特征在于:所述第二滑轨(52)上设置第四弹簧(56),所述第四弹簧(56)的一端与第三滑块(53)连接,另一端与滑杆(5)连接。

5. 根据权利要求1所述的一种新型体育训练器械,其特征在于:所述滑杆(5)远离第一安装槽的一侧底端设置支撑腿(57),所述支撑腿(57)为伸缩杆,所述支撑腿(57)与滑杆(5)铰接,所述滑杆(5)上设置与支撑腿(57)相配合的第二安装槽。

一种新型体育训练器械

技术领域

[0001] 本实用新型主要涉及体育器材领域,具体是一种新型体育训练器械。

背景技术

[0002] 随着人们生活质量的不断提高,健康意识也随之不断增强,越来越多的人开始注重日常的体育训练,力量训练是体育训练的核心内容,但是,现有的力量训练器,存在如下缺点:一是结构复杂,不方便在室外使用且成本高昂;二是过多的强调对力量的刚性训练,缺少对整体协调性的练习。

实用新型内容

[0003] 为解决现有技术中的不足,本实用新型提供一种新型体育训练器械,结构简单,可以放置于室内或室外使用,利用本器械训练在对腿部力量进行训练的同时,还注重对全身肌肉的协调性练习。

[0004] 本实用新型为实现上述目的,通过以下技术方案实现:

[0005] 一种新型体育训练器械,包括底座,所述底座上设置座板和第一滑轨,所述第一滑轨对称设置在底座的两端,所述第一滑轨上设置滑板,所述滑板通过第一滑块与第一滑轨滑动连接,所述滑板远离第一滑块的一端设置脚踏座,所述座板内并排设置若干个套管,所述套管内设置第一弹簧,所述第一弹簧的一端与套管连接,另一端设置活动杆,所述活动杆的另一端伸出套管的外侧并与滑板连接,所述底座远离座板的一端设置数量、位置与第一滑轨相对应的开槽,所述开槽内设置滑杆,所述滑杆与底座转动连接,所述滑杆的底端设置第二滑块,所述底座内设置与滑杆相对应的滑槽,所述滑槽与第一滑轨平行,所述滑槽内轴向设置与第二滑块相配合的第二滑槽,所述滑杆内设置第一安装槽,所述第一安装槽内设置第二滑轨,所述第二滑轨上设置第三滑块,所述第三滑块上设置第二弹簧,所述第二弹簧的一端与第三滑块连接,另一端设置柔性手拉环。

[0006] 所述座板远离滑板的一端设置靠背,所述靠背与座板铰接,所述靠背的底端设置第三弹簧,所述第三弹簧的一端与靠背连接,另一端与座板连接。

[0007] 所述座板远离滑板的一端设置柔性凸起,所述柔性凸起的端面为弧形。

[0008] 所述第二滑轨上设置第四弹簧,所述第四弹簧的一端与第三滑块连接,另一端与滑杆连接。

[0009] 所述滑杆远离第一安装槽的一侧底端设置支撑腿,所述支撑腿为伸缩杆,所述支撑腿与滑杆铰接,所述滑杆上设置与支撑腿相配合的第二安装槽。

[0010] 对比与现有技术,本实用新型有益效果在于:

[0011] 1、本实用新型底板上设置滑板和滑杆,结构简单,可以放置于室内或室外使用,在利用滑板对腿部力量进行训练的同时,配合滑杆上的第二弹簧可以带动训练者的全身肌肉进行运动,对全身肌肉的协调性练习。

[0012] 2、本实用新型座板上设置靠背,保护训练者的背部,防止训练的在训练的过程中

背部受到伤害。

[0013] 3、本实用新型座板上设置柔性凸起,对训练者的腰部进行很好按摩和保护。

[0014] 4、本实用新型第二滑轨上设置第三弹簧支撑第三滑块,防止第三滑块滑落至第一安装槽的底部不方便训练者使用。

[0015] 5、本实用新型滑杆远离第一安装槽的一侧底端设置支撑腿,所述支撑腿与滑杆铰接,所述滑杆上设置与支撑腿相配合的第二安装槽,防止在使用的过程中滑杆向后翻折。

附图说明

[0016] 附图1是本实用新型的结构示意图;

[0017] 附图2是滑杆的结构示意图;

[0018] 附图3是滑杆的剖面图;

[0019] 附图4是套管的结构示意图;

[0020] 附图5是附图1的I处放大图。

[0021] 附图中所示标号:1、底座;11、开槽;2、座板;3、第一滑轨;4、滑板;41、第一滑块;42、脚踏座;43、套管;44、第一弹簧;45、活动杆;46、柔性凸起;5、滑杆;51、第二滑块;52、第二滑轨;53、第三滑块;54、第二弹簧;55、手拉环;56、第四弹簧;57、支撑腿;6、靠背;61、第三弹簧。

具体实施方式

[0022] 结合附图和具体实施例,对本实用新型作进一步说明。应理解,这些实施例仅用于说明本实用新型而不适用于限制本实用新型的范围。此外应理解,在阅读了本实用新型讲授的内容之后,本领域技术人员可以对本实用新型作各种改动或修改,这些等价形式同样落于本申请所附权利要求书所限定的范围。

[0023] 一种新型体育训练器械,包括底座1,所述底座1上设置座板2和第一滑轨3,所述第一滑轨3对称设置在底座1的两端,所述第一滑轨3上设置滑板4,所述滑板4通过第一滑块41与第一滑轨3滑动连接,所述滑板4远离第一滑块41的一端设置脚踏座42,优选为脚踏座42上设置与人的脚面形状相匹配的凹槽,方便训练者在脚踏板上用力。所述座板2内并排设置若干个套管43,所述套管43内设置第一弹簧44,所述第一弹簧44的一端与套管43连接,另一端设置活动杆45,所述活动杆45的另一端伸出套管43的外侧并与活动板连接,训练时训练者坐在座板2上将脚放在脚踏板上用力克服第一弹簧44的拉力推动滑板4向前运动,训练腿部力量。活动杆45优选与座板2可拆卸连接,根据训练者的自身需要选择第一弹簧44的个数。所述底座1远离座板2的一端设置数量、位置与第一滑轨3相对应的开槽11,所述开槽11内设置滑杆5,所述滑杆5与底座1转动连接,所述滑杆5的底端设置第二滑块51,所述底座1内设置与滑杆5相对应的滑槽,所述滑槽与第一滑轨3平行,所述滑槽内轴向设置与第二滑块51相配合的第二滑槽,滑杆5可以收纳进入滑槽内,避免不使用时训练者碰撞滑杆5造成意外伤害。所述滑杆5内设置第一安装槽,所述第一安装槽内设置第二滑轨52,所述第二滑轨52上设置第三滑块53,所述第三滑块53上设置第二弹簧54,所述第二弹簧54的一端与第三滑块53连接,另一端设置柔性手拉环55,训练者推动滑板4滑动训练腿部力量的同时可以用手拉动第二弹簧54,然后上半身向后仰至身体接近平躺状态,在利用滑板4对腿部力量进

行训练的同时,配合滑杆5上的第二弹簧54可以带动训练者的全身肌肉,对全身肌肉的协调性进行训练,而且结构简单,体积小,方便搬运,可以放置于室内或室外使用。

[0024] 为了防止训练的在训练的过程中背部受到伤害,所述座板2远离滑板4的一端设置靠背6,所述靠背6与座板2铰接,所述靠背6的底端设置第三弹簧61,所述第三弹簧61的一端与靠背6连接,另一端与座板2连接,自然状态下靠背6与座板2处置,受到背部的压力后靠背6沿受力方向发生旋转,防止训练者的背部触碰地面,对训练者进行保护,方便训练者使用。

[0025] 为了对训练者的腰部进行很好按摩和保护,所述座板2远离滑板4的一端设置柔性凸起46,所述柔性凸起46的端面为弧形,当训练者平躺时柔性凸起46位于训练者的腰部,对训练者的腰部进行按摩,同时对训练者的腰部起到支撑作用。

[0026] 为了防止第三滑块53滑落至第一安装槽的底部不方便训练者使用,所述第二滑轨52上设置第四弹簧56,所述第四弹簧56的一端与第三滑块53连接,另一端与滑杆5连接,第四弹簧56对第三滑块53起到支撑作用,当训练者拉动柔性手环时,第三滑块53受力会向下运动,改变训练者的用力角度,增加训练者训练的舒适性,训练者不用力时第三滑块53位于第一安装槽的顶端第二弹簧54自然下垂落入第一安装槽内,方便将滑杆5滑入滑槽内。

[0027] 为了防止在使用的过程中滑杆5向后翻折,所述滑杆5远离第一安装槽的一侧底端设置支撑腿57,所述支撑腿57为伸缩杆,所述支撑腿57与滑杆5铰接,所述滑杆5上设置与支撑腿57相配合的第二安装槽,使用时将支撑腿57从第二安装槽内旋转出来,另一端地面接触,用于支撑滑杆5,增加滑杆5的站立的稳定性。

[0028] 实施例:

[0029] 一种新型体育训练器械,包括底座1,所述底座1上设置座板2和第一滑轨3,所述第一滑轨3对称设置在底座1的两端,所述第一滑轨3上设置滑板4,所述滑板4通过第一滑块41与第一滑轨3滑动连接,所述滑板4远离第一滑块41的一端设置脚踏座42,优选为脚踏板上设置与人的脚面形状相匹配的凹槽,方便训练者在脚踏板上用力。所述座板2内并排设置若干个套管43,所述套管43内设置第一弹簧44,所述第一弹簧44的一端与套管43连接,另一端设置活动杆45,所述活动杆45的另一端伸出套管43外侧并与活动板连接,所述座板2远离滑板4的一端设置靠背6,所述靠背6与座板2铰接,所述靠背6的底端设置第三弹簧61,所述第三弹簧61的一端与靠背6连接,另一端与座板2连接,所述座板2远离滑板4的一端设置柔性凸起46,所述柔性凸起46的端面为弧形,训练时训练者坐在座板2上将脚放在脚踏板上用力克服第一弹簧44的拉力推动滑板4向前运动,训练腿部力量。活动杆45优选与座板2可拆卸连接,根据训练者的自身需要选择第一弹簧44的个数。所述底座1远离座板2的一端设置数量、位置与第一滑轨3相对应的开槽11,所述开槽11内设置滑杆5,所述滑杆5与底座1转动连接,所述滑杆5的底端设置第二滑块51,所述底座1内设置与滑杆5相对应的滑槽,所述滑槽与第一滑轨3平行,所述滑槽内轴向设置与第二滑块51相配合的第二滑槽,滑杆5可以收纳进入滑槽内,避免不使用时训练者碰撞滑杆5造成意外伤害。所述滑杆5内设置第一安装槽,所述第一安装槽内设置第二滑轨52,所述第二滑轨52上设置第三滑块53,所述第三滑块53上设置第二弹簧54,所述第二弹簧54的一端与滑块连接,另一端设置柔性手拉环55,所述第二滑轨52上设置第三弹簧61,所述第三弹簧61的一端与第三滑块53连接,另一端与滑杆5连接,所述滑杆5远离第一安装槽的一侧底端设置支撑腿57,所述支撑腿57为伸缩杆,所述支撑腿57与滑杆5铰接,所述滑杆5上设置与支撑腿57相配合的第二安装槽,训练者推动滑板4

滑动训练腿部力量的同时可以用手拉动第二弹簧54,然后上半身向后仰至身体接近平躺状态,在利用滑板4对腿部力量进行训练的同时,配合滑杆5上的第二弹簧54可以带动训练者的全身肌肉,对全身肌肉的协调性练习,而且结构简单,体积小,方便搬运,可以放置于室内或室外使用。本实施例的有益效果在于:座板2上设置靠背6,保护训练者的背部,防止训练的在训练的过程中背部受到伤害;座板2上设置柔性凸起46,对训练者的腰部进行很好按摩和保护;第二滑轨52上设置第三弹簧61支撑第三滑块53,防止第三滑块53滑落至第一安装槽的底部不方便训练者使用;滑杆5远离第一安装槽的一侧底端设置支撑腿57,所述支撑腿57与滑杆5铰接,所述滑杆5上设置与支撑腿57相配合的第二安装槽,防止在使用的过程中滑杆5向后翻折。

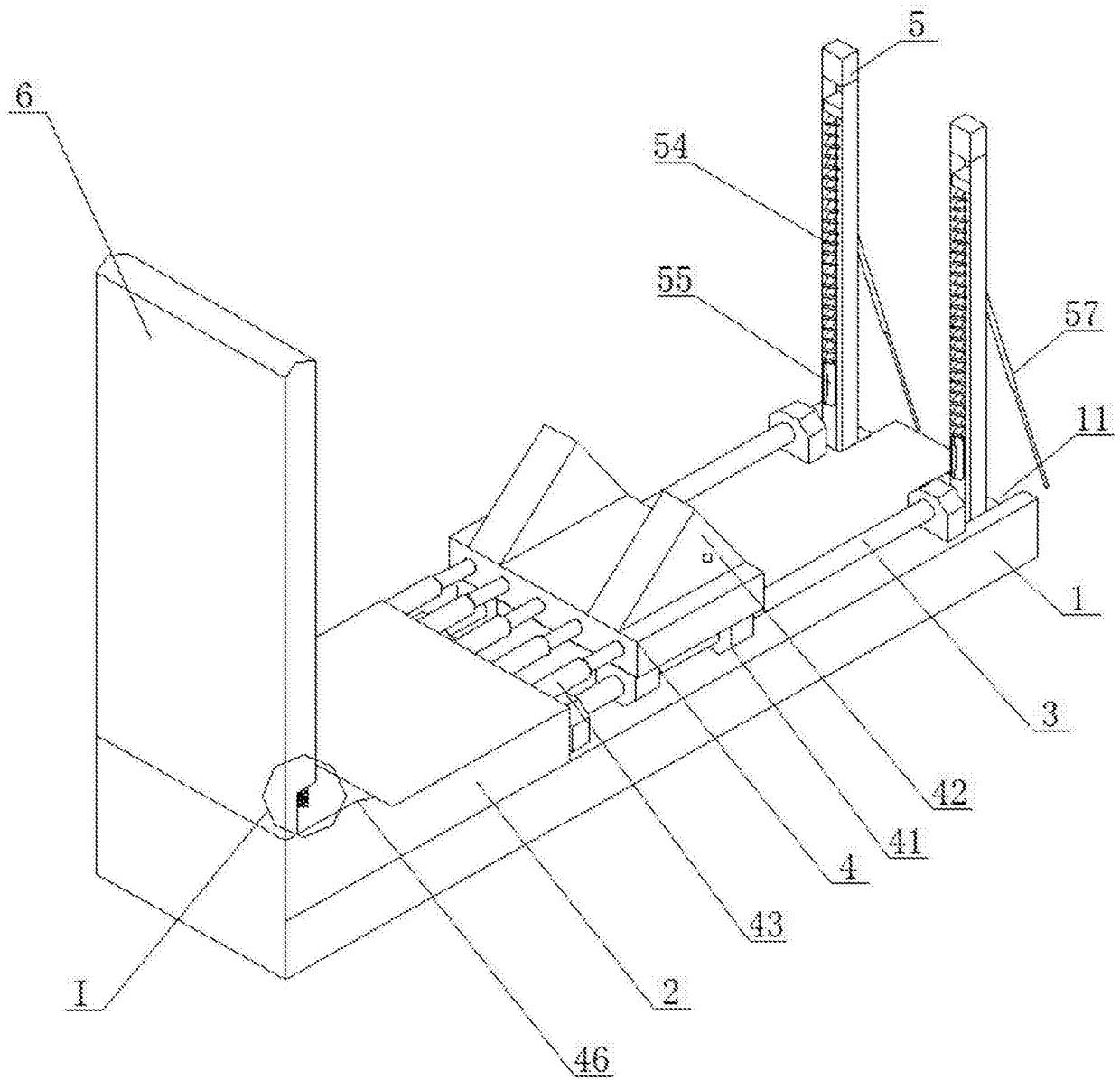


图1

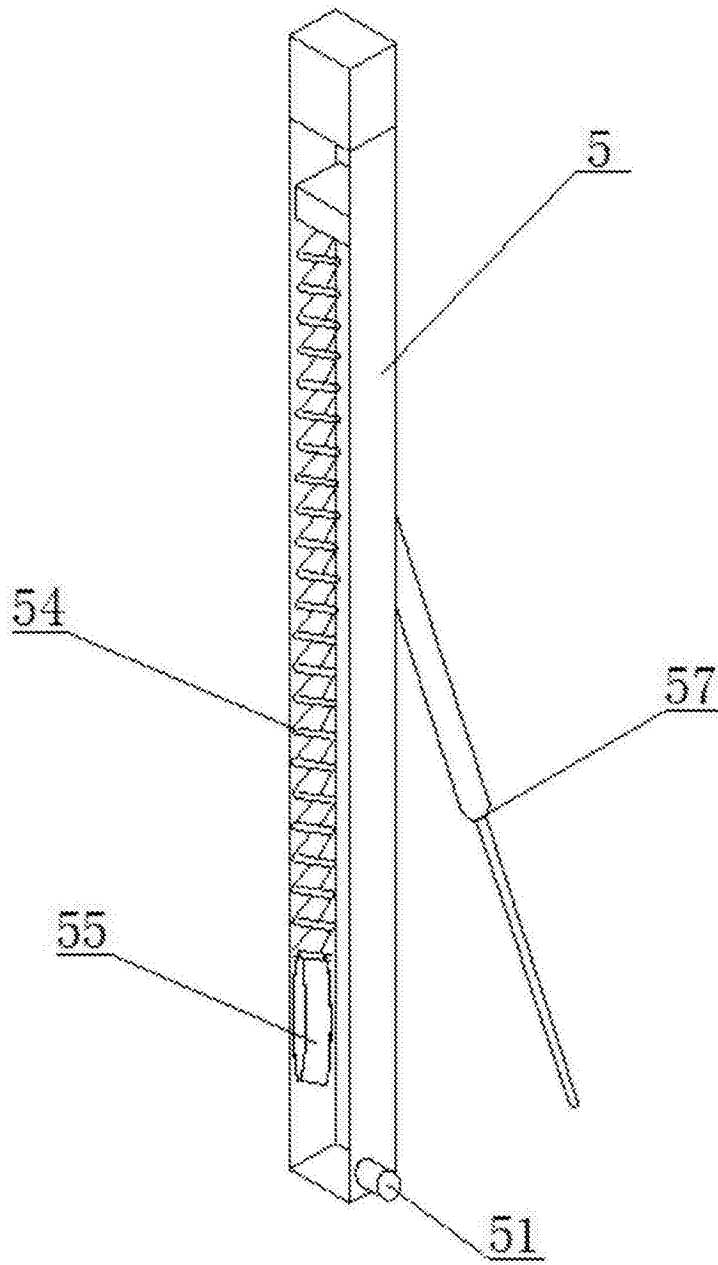


图2

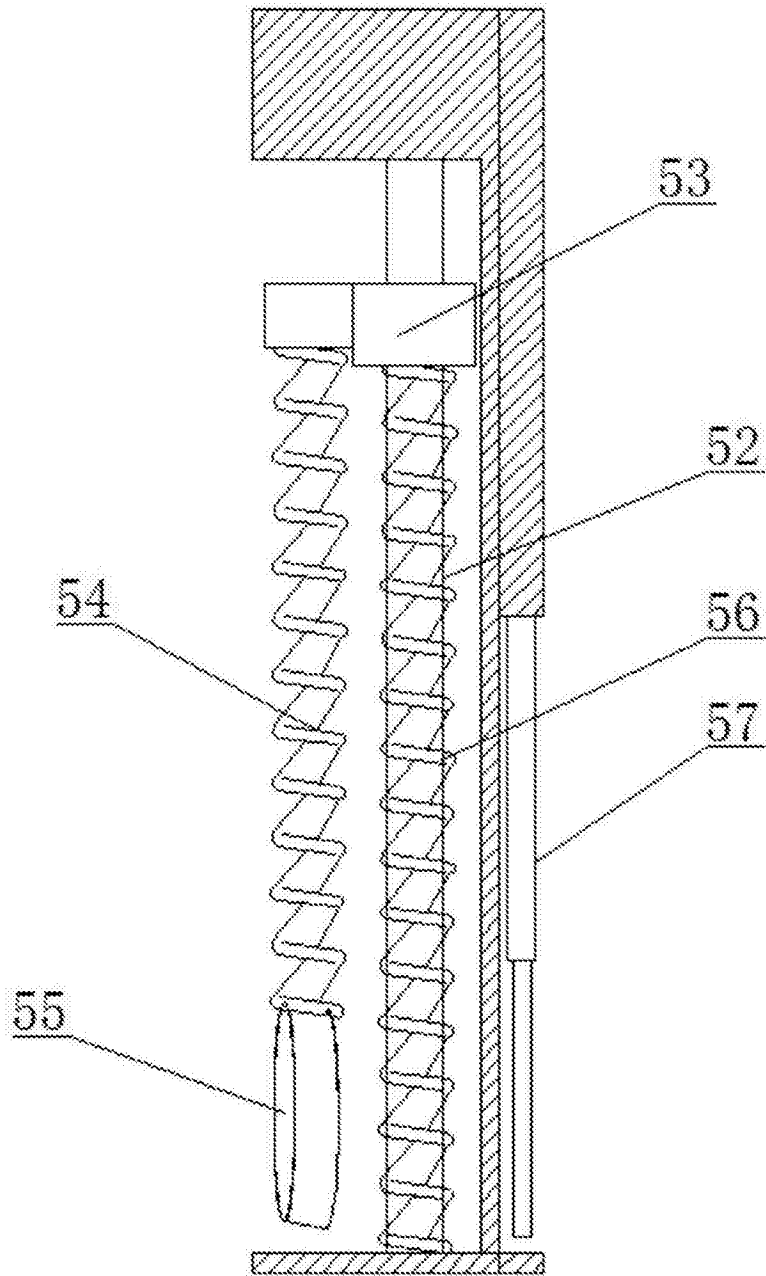


图3

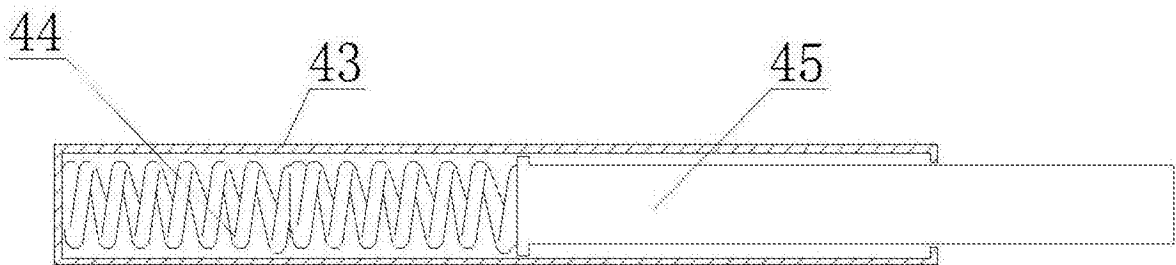


图4

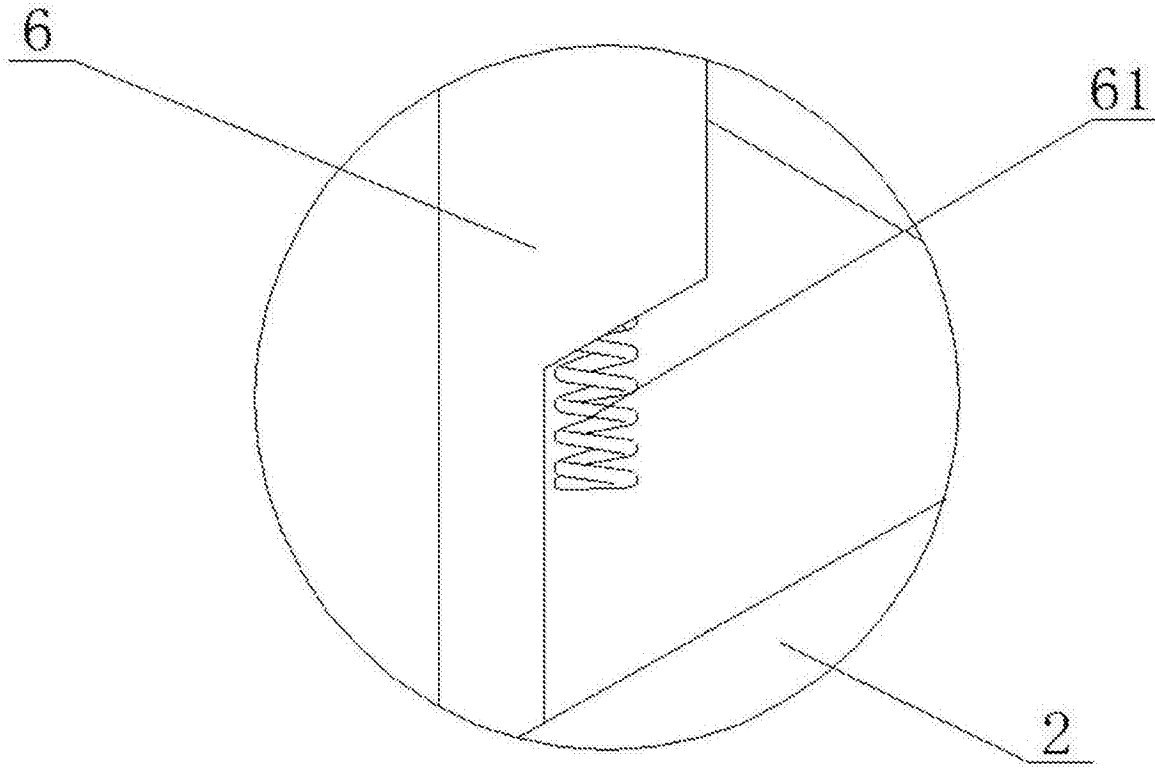


图5