



## (12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 105080043 A

(43) 申请公布日 2015. 11. 25

(21) 申请号 201410169826. 0

(22) 申请日 2014. 04. 25

(71) 申请人 青岛瑞箭机电工程技术有限公司

地址 266590 山东省青岛市青岛经济技术开发区前湾港路 579 号山东科技大学科技园 2 号产业楼 516A 室

(72) 发明人 邹明瑞

(51) Int. Cl.

A63B 21/08(2006. 01)

A63B 23/02(2006. 01)

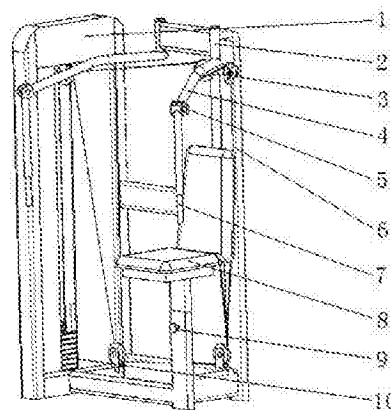
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

### (54) 发明名称

胸肌练习器

### (57) 摘要

一种胸部肌练习器,属于体育器材领域。包括主机架、转轴、滑轮、摆杆、调节旋钮、钢丝绳、把手、座椅、按钮、铁块,钢丝绳(6)的一头连在主机架(1)的中间下方铁块(10)上,另一头绕过滑轮(3)后连接在摆杆(4)的支架上,转轴(2)与摆杆(4)通过调节旋钮(5)与把手(7)连接成一体,座椅(8)通过按钮(9)插到主机架(1)一侧方管内,转轴(2)安装在主机架(1)一侧上方的套筒内。使用时,人坐在座椅上,手臂展开,用手握住把手并向中间向里扩展转动,摆杆随之转动并带动钢丝绳移动,钢丝绳绕过滑轮带动铁块做上下运动,如此往复数次,可起到锻炼胸大肌肌肉的目的。本发明结构简单,体积小、不受场地和时间限制,搬运方便,容易操作,适用范围广泛,是专业运动队及医院必备的健身康复器械。



1. 胸肌练习器,其特征在于:包括主机架、转轴、滑轮、摆杆、调节旋钮、钢丝绳、把手、座椅、按钮、铁块,钢丝绳(6)的一头连在主机架(1)的中间下方铁块(10)上,另一头绕过滑轮(3)后连接在摆杆(4)的支架上,转轴(2)与摆杆(4)通过调节旋钮(5)与把手(7)连接成一体。

2. 根据权利要求1所述的胸肌练习器,其特征在于:座椅(8)通过按钮(9)插到主机架(1)一侧方管内,转轴(2)安装在主机架(1)一侧上方的套筒内。

## 胸肌练习器

### 技术领域

[0001] 本发明涉及一种胸肌练习器,属于体育器材领域。

### 背景技术

[0002] 体育锻炼是增强体质、预防疾病、适应社会生活的有效方式之一,在现代社会生活中起到积极的促进作用。随着全民健身运动的开展,对于体育锻炼,经常受到时间和场地的限制满足不了这种愿望。目前虽然有许多健身器材,但对于局部健身锻炼的器械还比较少。该器械是一种利用较短时间进行局部锻炼的运动器械,既可以节省时间,又可以起到锻炼身体效果,以满足人们的生活要求。

[0003] 体育锻炼由于受场地器械的限制,在运动训练中经常发生受伤现象,重者瘫痪,轻者腰酸腿疼,给运动生涯带来许多不便。该器械能够在运动训练中带来辅助的练习效果。也可以在家庭和社区娱乐场所使用,是社区及家庭必备的健身器械。

### 发明内容

[0004] 根据以上现有技术中的不足,本发明要解决的技术问题是:提供一种结构简单,操作实用,不受场地和时间限制的胸肌练习器。

[0005] 本发明解决其技术问题所采用的技术方案是:该胸肌练习器,其特征在于:包括主机架、转轴、滑轮、摆杆、调节旋钮、钢丝绳、把手、座椅、按钮、铁块,钢丝绳的一头连在主机架的中间下方铁块上,另一头绕过滑轮后连接在摆杆的支架上,转轴与摆杆通过调节旋钮与把手连接成一体,座椅通过按钮插到主机架一侧方管内,转轴安装在主机架一侧上方的套筒内。

[0006] 使用时,人坐在座椅上,手臂展开,用手握住把手并向中间向里扩展转动,摆杆随之转动并带动钢丝绳移动,钢丝绳绕过滑轮带动铁块做上下运动,如此往复数次,可起到锻炼胸大肌肌肉的目的。

[0007] 所述的胸肌练习器的材料可以用圆管,方管或钢板。

[0008] 与现有技术相比,本发明所具有的有益效果是:通过安装底座缓冲垫,增加安全系数,起到稳定支架作用。本发明具有健身功能,对消除肌肉疲劳,减轻肌肉酸痛,促进血液循环。对活动不方便的中老年人病人起到增加运动,促进康复作用。本发明结构简单,体积小、不受场地和时间限制,搬运方便,容易操作。

### 附图说明

[0009] 图是本发明胸肌练习器的最佳实例,其中: 1 主机架 2 转轴 3 滑轮  
4 摆杆 5 调节旋钮 6 钢丝绳 7 把手 8 座椅 9 按钮 10 铁块。

### 具体实施方式

[0010] 下面结合附图对本发明胸肌练习器作进一步说明:如图所示:胸肌练习器,其特

征在于：包括主机架、转轴、滑轮、摆杆、调节旋钮、钢丝绳、把手、座椅、按钮、铁块，钢丝绳(6)的一头连在主机架(1)的中间下方铁块(10)上，另一头绕过滑轮(3)后连接在摆杆(4)的支架上，转轴(2)与摆杆(4)通过调节旋钮(5)与把手(7)连接成一体，座椅(8)通过按钮(9)插到主机架(1)一侧方管内，转轴(2)安装在主机架(1)一侧上方的套筒内。

[0011] 使用时，人坐在座椅上，手臂展开，用手握住把手并向中间向里扩展转动，摆杆随之转动并带动钢丝绳移动，钢丝绳绕过滑轮带动铁块做上下运动，如此往复数次，可起到锻炼胸大肌肌肉的目的。

[0012] 所述的胸肌练习器固定支架的材料可以用圆管，方管或钢板。

[0013] 本发明能够给中老年人和运动员在康复和训练过程中带来辅助的练习效果。也可以在家庭和办公娱乐场所使用，是专业运动队及医院必备的康复器械。

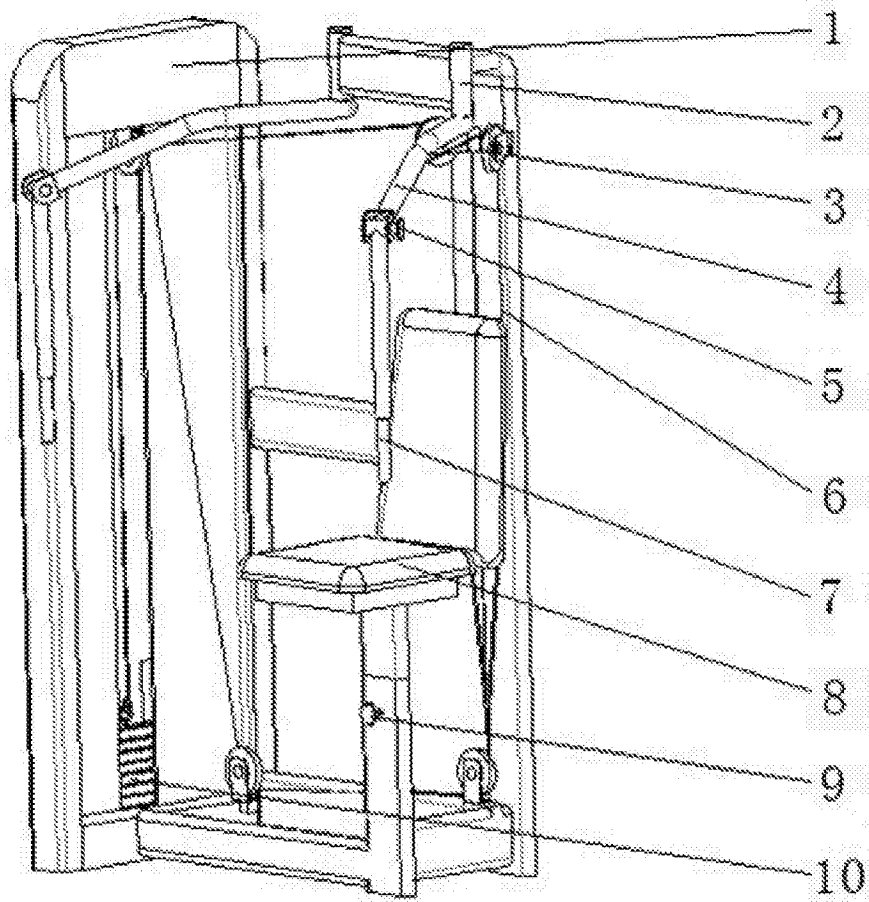


图 1