



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 204840816 U

(45) 授权公告日 2015. 12. 09

(21) 申请号 201520576577. 7

(22) 申请日 2015. 07. 31

(73) 专利权人 新余学院

地址 338004 江西省新余学院体育学院学生
科

(72) 发明人 罗敏

(51) Int. Cl.

A63B 23/12(2006. 01)

A63B 23/02(2006. 01)

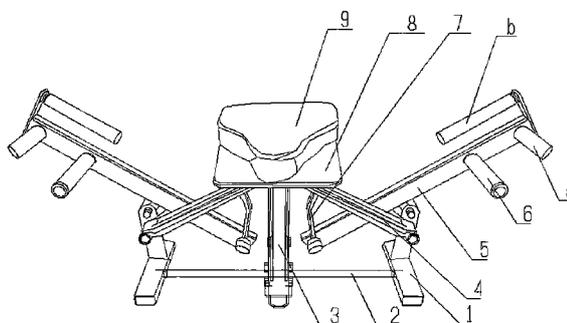
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

(54) 实用新型名称

一种体育俯卧撑器械

(57) 摘要

本实用新型公开了一种体育俯卧撑器械,包括底座、连杆、伸缩气缸、弹力绳、臂杆、把手、连接钢板、座板和皮座垫;所述连杆连接左右两边的底座;所述伸缩气缸底端固定在连杆中间;所述弹力绳连接底座和座板;所述臂杆中部通过螺栓连接在底座上;所述连接钢板连接臂杆一端和座板。该压体育俯卧撑器械,改变了传统的体育运动中俯卧撑运动进行力量和身体素质训练导致身体酸痛以及衣服着地弄脏的情形;多个不同把手的设置,进而可以满足不同人群的使用;整体结构简单,实用性强,易于推广使用。



1. 一种体育俯卧撑器械,包括底座、连杆、伸缩气缸、弹力绳、臂杆、把手、连接钢板、座板和皮座垫;其特征在于:所述连杆连接左右两边的底座;所述伸缩气缸底端固定在连杆中间;所述弹力绳连接底座和座板;所述臂杆中部通过螺栓连接在底座上;所述连接钢板连接臂杆一端和座板。

2. 根据权利要求1所述的一种体育俯卧撑器械,其特征在于:所述座板上固定设置有皮座垫。

3. 根据权利要求1所述的一种体育俯卧撑器械,其特征在于:所述伸缩气缸顶端与座板固定连接。

4. 根据权利要求1所述的一种体育俯卧撑器械,其特征在于:整个俯卧撑相对所述的伸缩气缸为左右对称结构。

5. 根据权利要求1所述的一种体育俯卧撑器械,其特征在于:所述臂杆上还连接有短把手和上把手。

一种体育俯卧撑器械

技术领域

[0001] 本实用新型涉及体育运动领域,具体为一种体育俯卧撑器械。

技术背景

[0002] 俯卧撑(英文:push-up;Press-up。中国大陆称作俯卧撑,中国台湾地区称作伏地挺身,港澳地区称作掌上压),常见的健身运动有助于增加胸大肌锻炼效果。[1]在日常锻炼和体育课上,特别是在军事体能训练中是一项基本训练。俯卧撑主要锻炼上肢、腰部及腹部的肌肉,尤其是胸肌。是很简单易行却十分有效的力量训练手段。初学者练习俯卧撑可以进行两组,每组15到20下;有一定基础的运动者则可做3组,每组20下;高水平人士可以尝试4组30到50下的俯卧撑锻炼。

[0003] 现有技术中,没有一种器械可以帮助人们进行俯卧撑的锻炼,因此制造一种方便使用的俯卧撑是人们需要解决的技术问题。

[0004] 实用型新内容

[0005] 本实用新型的目的在于提供一种体育俯卧撑器械,以解决上述背景技术中提出的问题。

[0006] 为实现上述目的,本实用新型提供如下技术方案:一种体育俯卧撑器械,包括底座、连杆、伸缩气缸、弹力绳、臂杆、把手、连接钢板、座板和皮座垫;所述连杆连接左右两边的底座;所述伸缩气缸底端固定在连杆中间;所述弹力绳连接底座和座板;所述臂杆中部通过螺栓连接在底座上;所述连接钢板连接臂杆一端和座板。

[0007] 作为本实用新型的优选方案:所述座板上固定设置有皮座垫。

[0008] 进一步,所述伸缩气缸顶端与座板固定连接。

[0009] 进一步,整个俯卧撑相对所述的伸缩气缸为左右对称结构。

[0010] 进一步,所述臂杆上还连接有短把手和上把手。

[0011] 与现有技术相比,本实用新型的有益效果是:该压体育俯卧撑器械,改变了传统的体育运动中俯卧撑运动进行力量和身体素质训练导致身体酸痛以及衣服着地弄脏的情形;多个不同把手的设置,进而可以满足不同人群的使用;整体结构简单,实用性强,易于推广使用。

附图说明

[0012] 图1为本实用新型结构示意图;

[0013] 附图标记中:底座1;连杆2;伸缩气缸3;弹力绳4;臂杆5;把手6;连接钢板7;座板8;皮座垫9;短把手a;上把手b。

具体实施方式

[0014] 下面将结合本实用新型实施例中的附图,对本实用新型实施例中的技术方案进行清楚、完整地描述,显然,所描述的实施例仅仅是本实用新型一部分实施例,而不是全部的

实施例。基于本实用新型中的实施例,本领域普通技术人员在没有做出创造性劳动前提下所获得的所有其他实施例,都属于本实用新型保护的范畴。

[0015] 请参阅图 1,本实用新型提供一种技术方案:一种体育俯卧撑器械,包括底座 1、连杆 2、伸缩气缸 3、弹力绳 4、臂杆 5、把手 6、连接钢板 7、座板 8 和皮座垫 9;所述连杆 2 连接左右两边的底座 1;所述伸缩气缸 3 底端固定在连杆 2 中间;所述弹力绳 4 连接底座 1 和座板 8;所述臂杆 5 中部通过螺栓连接在底座 1 上;所述连接钢板 7 连接臂杆 5 一端和座板 8。

[0016] 作为本实用新型的优选方案:所述座板 8 上固定设置有皮座垫 9。

[0017] 进一步,所述伸缩气缸 3 顶端与座板 8 固定连接。

[0018] 进一步,整个俯卧撑相对所述的伸缩气缸 3 为左右对称结构。

[0019] 进一步,所述臂杆 5 上还连接有短把手 a 和上把手 b。

[0020] 本实用新型在使用时:首先双手握住把手,身体开始向下倾斜,此时重力的作用导致左右两端的臂杆下降,胸部贴在皮座垫上,使用双手和脚步的历来你不过进行抬升,进而可以实现体育锻炼腹部肌肉、臂膀力量的作用。

[0021] 对于本领域技术人员而言,显然本实用新型不限于上述示范性实施例的细节,而且在不背离本实用新型的精神或基本特征的情况下,能够以其他的具体形式实现本实用新型。因此,无论从哪一点来看,均应将实施例看作是示范性的,而且是非限制性的,本实用新型的范围由所附权利要求而不是上述说明限定,因此旨在将落在权利要求的等同要件的含义和范围内的所有变化囊括在本实用新型内。不应将权利要求中的任何附图标记视为限制所涉及的权利要求。

[0022] 此外,应当理解,虽然本说明书按照实施方式加以描述,但并非每个实施方式仅包含一个独立的技术方案,说明书的这种叙述方式仅仅是为清楚起见,本领域技术人员应当将说明书作为一个整体,各实施例中的技术方案也可以经适当组合,形成本领域技术人员可以理解的其他实施方式。

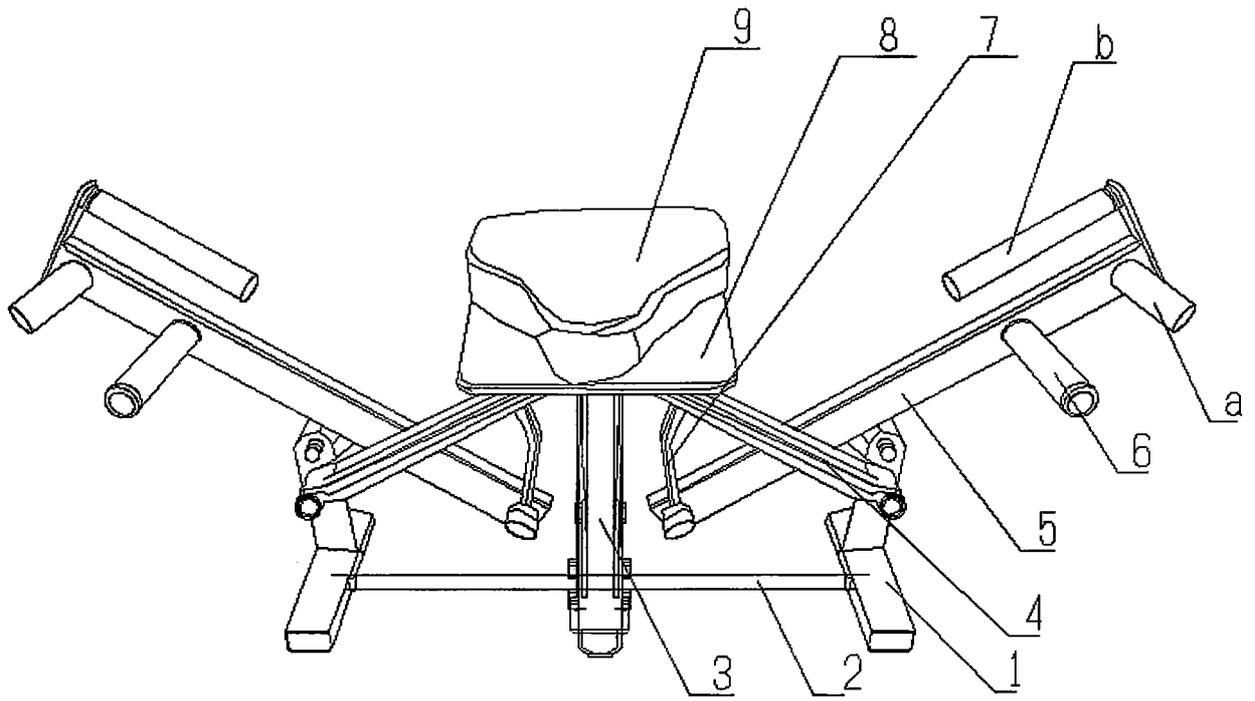


图 1