

[19] 中华人民共和国国家知识产权局

[51] Int. Cl.

A63B 22/20 (2006.01)



[12] 发明专利说明书

专利号 ZL 200610074574.9

[45] 授权公告日 2009 年 5 月 20 日

[11] 授权公告号 CN 100488585C

[22] 申请日 2006.4.20

[21] 申请号 200610074574.9

[73] 专利权人 高智勇

地址 010030 内蒙古自治区呼和浩特市回民区营坊道街奥威花园 6 号楼 3 单元 102 室

[72] 发明人 高智勇

[56] 参考文献

CN2379157Y 2000.5.24

审查员 夏 冬

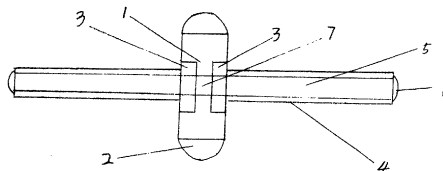
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

[54] 发明名称

轮式俯卧健身器

[57] 摘要

本发明提供一种体育器材——轮式俯卧健身器，它主要由轮体、轮胎、轴承、轴套及轴套向两端延伸部分形成的一体手柄、塑胶手柄套、轴套封盖构成。它具有使用安全方便、体积小、便于携带、运动时占地面积小、适合家庭使用、造价低廉、便于推广、受力大小可调整、适合男女老少各种人群使用、可以使多个部位同时得到锻炼而又不损伤关节等优点，是一种锻炼身体的好器材。



1、一种由轮体(1)、轮胎(2)、轴承(3)、轴套(7)及轴套向两端延伸部分形成的一体手柄(5)、塑胶手柄套(4)、轴套封盖(6)组成的做俯卧推拉运动的轮式俯卧健身器，其特征是在一根直管正中安装了一个偏心轮，偏心轮可以在直管上转动；轮子两侧直管部分做手柄使用，外侧包有塑胶套。

轮式俯卧健身器

技术领域：本发明涉及一种锻炼用的体育器材，特别是一种轮式俯卧健身器。

背景技术：现有其它用作力量训练的健身器械主要是杠铃、哑铃、拉力器、臂力器以及大型有综合功能的健身器。这些器材在使用中存有不足，1、现有其它用作力量训练的健身器使用大量金属来增加重量。2、在一项运动中很难使多个部位同时得到锻炼。3、在一项运动中总有一个主要关节承受过大的运动强度，关节容易受损伤。

发明内容：本发明的目的在于针对现有技术的不足，提出一种使用安全、方便、可以使臂、肩、胸、背、腰、腹、腿等多个部位同时得到锻炼而又不损伤关节的轮式俯卧健身器。

通过下述技术方案可实现本发明的目的，一种轮式俯卧健身器，其特征在于是在一根直管正中安装了一个偏心轮，偏心轮可以在直管上转动；轮子两侧直管部分做手柄使用，外侧包有塑胶套。偏心轮的转动使手柄沿上下方向摆动，可以带动使用者的肢体上下摆动，做波状运动。

本品由轮体、轮胎、轴承、轴套及轴套向两端延伸部分形成的一体手柄、塑胶手柄套、轴套封盖组成。

轮体可以是一个或多个，轮心可以是偏心也可是正心。轮体和手柄的材料可以是金属、高强度塑料或其他材料。

本发明的效果在于：用它做俯卧推拉运动 1、可以充分利用人体自身产生的重力，避免了现有其它用作力量训练的健身器为增加重量大量使用金属，在同等重力下，本品更能节约能源。2、通过轮子转动，使手、脚两支点之间的距离发生变化——使力距、力臂发生变化，使各部位受力的器官由轻到重、再由重到轻依次受力。3、人体重心因轮子的移动而改变，受力关节所承受力量的大小也因人体重心的改变而改变，避免了在一项运动中总有一个主要关节承受过大的运动强度，起到保护关节的作用。4、偏心轮体的设计加强了对受力关节和肌肉的保护，同时加大了肢体沿上下方向摆动的幅度。在运动中脊柱上下摆动，呈波状运动。5、在一项运动中可以使臂、肩、胸、背、腰、腹、腿等多个部位同时得到锻炼。6、体积小，便于携带；运动时占地面积小，适合家庭使用；造价低廉，便于推广。7、受力大小可调整，适合男女老少各种人群使用。

下面结合附图对本发明作进一步说明。

附图说明：

图 1 为本发明外观示意图；

图 2 为剖视图；

图 3 为侧面图；

图 4-1、4-2 为运动实施方式示意图。

具体实施方式：参见附图 1、2，本品由轮体 1、轮胎 2、轴承 3、轴套 7 及轴套向两端延伸部分形成的一体手柄 5、塑胶手柄套 4、轴套封盖 6 组成。使用者手握轮体 1 两侧的手柄 5 以轮体撑地，以双脚图 4-1 或两膝图 4-2 撑地，以俯卧姿势做推拉运动。

本发明中轮体可以是一个或多个，轮心可以是偏心也可是正心。轮体和手柄的材料可以是金属、高强度塑料或其他材料。

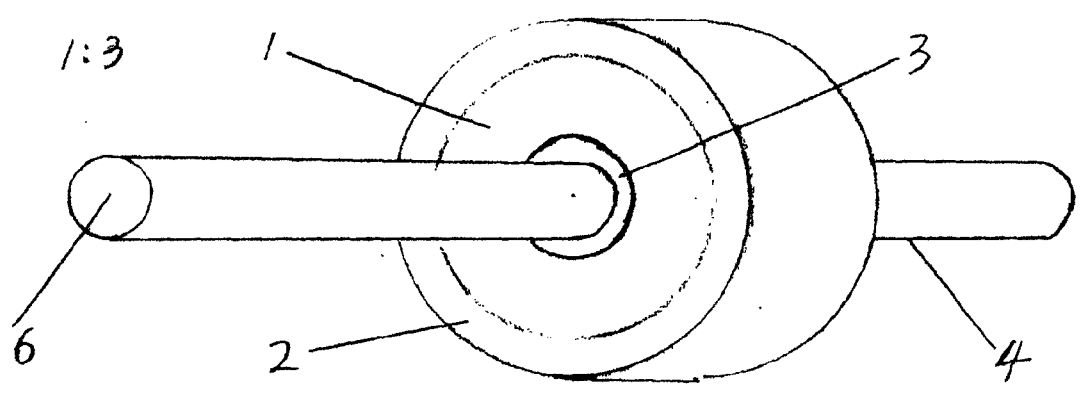


图1

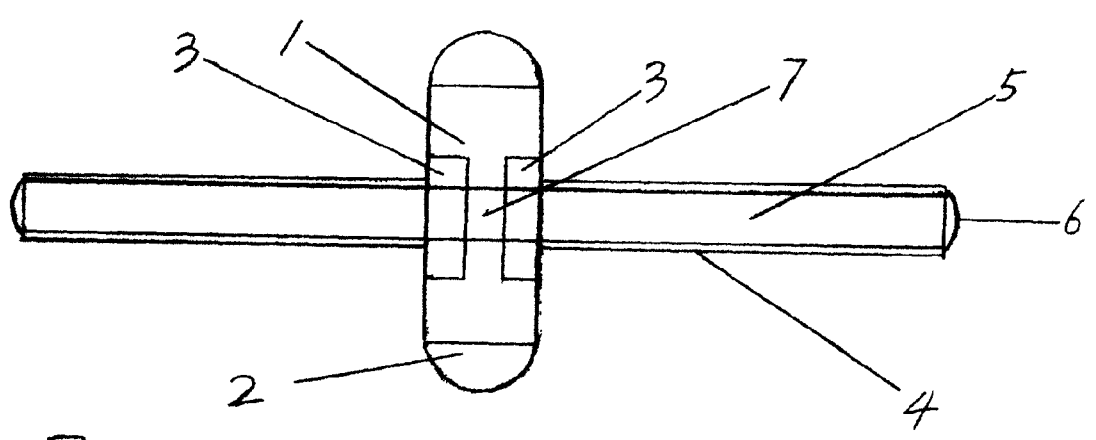


图2

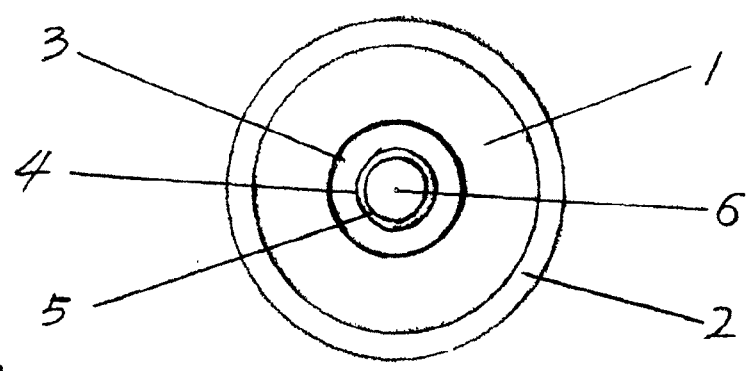


图3

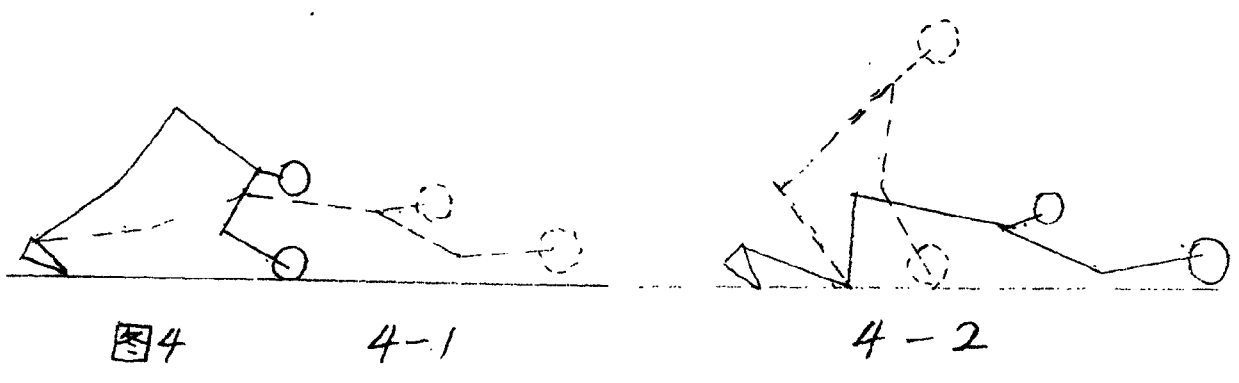


图4

4-1

4-2