(19)中华人民共和国国家知识产权局

(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 205287439 U
(45)授权公告日 2016.06.08

(21)申请号 201521085294.9

(22)申请日 2015.12.24

(73)专利权人 山西澳瑞特健康产业股份有限公司

地址 046000 山西省长治市郊区漳泽新型工业园健康路1号

(72)发明人 宋跃华 段雷利 王斌

(74)专利代理机构 太原华弈知识产权代理事务所 14108

代理人 李毅

(51)Int.Cl.

A63B 23/04(2006.01)
A63B 23/12(2006.01)
A63B 23/02(2006.01)

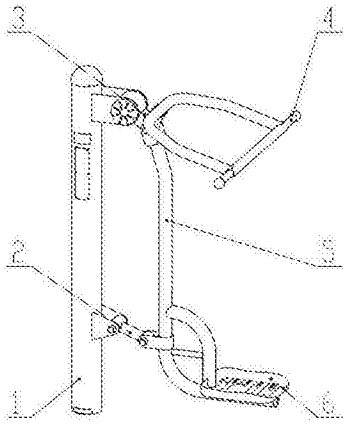
权利要求书1页 说明书2页 附图2页

(54)实用新型名称

室外深蹲训练器

(57)摘要

本实用新型涉及一种体育锻炼的器械，具体的说是一种室外深蹲训练器。本实用新型由机架、下连杆、手把连杆、扶手、连杆、踏板组成，下连杆的一端与机架上的支耳转动连接，下连杆的另一端与连杆上的支耳转动连接；手把连杆的一端与机架上部的转轴转动连接，手把连杆的另一端与扶手的U型横杆固定连接，手把连杆的中部与连杆顶端铰接；踏板安装在连杆的下部。使用者站在踏板上，双腿微曲，肩扛横杠，双手扶把，然后用力站起，实现将自身提起的运动，整个运动克服自身重力做功，提起、放下周而复始，上下往复运动。不需要另外的杠铃，所以安全性比较好。在锻炼了肩部、腰部、腿部肌肉同时，人体关节的灵活性，神经系统的协调及平衡能力也得到加强。



CN 205287439 U

1.一种室外深蹲训练器，由机架、下连杆、手把连杆、扶手、连杆、踏板组成，其特征在于所述的下连杆的一端与机架上的支耳转动连接，下连杆的另一端与连杆上的支耳转动连接；手把连杆的一端与机架上部的转轴转动连接，手把连杆的另一端与扶手的U型横杆固定连接，手把连杆的中部与连杆顶端铰接；踏板安装在连杆的下部。

2.如权利要求1所述的室外深蹲训练器，其特征在于所述的连杆为L型。

室外深蹲训练器

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种体育锻炼的器械，具体的说是一种室外深蹲训练器。

背景技术

[0002] 随着人们生活水平的提高，人们对健康的追求越来越强烈，健身成为一种趋势和时尚。户外健身已成为人们日常生活的组成部分，对于那些无缘经常进入健身房的人们，室外健身便成了他们的首选，室外健身器材正一步步从广场、公园走进社区、小巷，走向了千家万户。随着室外健身器材普及，各厂家竞相推出各种功能各异的健身器，室外深蹲训练器便是其中之一。人常常使用深蹲训练器来锻炼腰部肩部肌肉活力，首先深蹲在器械前，双肩扛住器材横杆两手握紧横杆，腿部用力上身挺起，达到身体完全直立状态，然后缓速下蹲完成一次动作。深蹲是个复合的、全身性的练习动作，它可以训练到大腿、臀部、大腿后肌等人体的多个部位。深蹲被认为是增长腿部、臀部力量和围度，必不可少的练习。正确的深蹲可以帮助人们特别是运动员很好的锻炼大腿、臀部等部位的力量。但现有的杠铃深蹲训练器存在有不安全隐患，例如CN204193397U 公开了一种深蹲训练器，该深蹲训练器包括支架、杠铃和对称设置在支架上的用于支撑杠铃的支撑杆。为了防止杠铃的滑落，砸伤人，其支撑杆为具有波峰和波谷的凹凸结构，所述杠铃位于波谷内。

[0003] 本实用新型的目的是提供一种安全的室外深蹲训练器。

[0004] 本实用新型由机架、下连杆、手把连杆、扶手、连杆、踏板组成，下连杆的一端与机架上的支耳转动连接，下连杆的另一端与连杆上的支耳转动连接；手把连杆的一端与机架上部的转轴转动连接，手把连杆的另一端与扶手的U型横杆固定连接，手把连杆的中部与连杆顶端铰接；踏板安装在连杆的下部。

[0005] 上述的连杆为L型。

[0006] 本实用新型与现有的技术相比有如下优点：

[0007] 本实用新型是提供一种独特连杆结构，通过合理的优化设计，转轴确定为四根；使用者站在踏板上，双腿微曲，肩扛横杠，双手扶把，然后用力站起，实现将自身提起的运动，整个运动克服自身重力做功，提起、放下周而复始，上下往复运动。不需要另外的杠铃，所以安全性比较好。整个系统的运动轨迹近似于一段圆弧，踏板的运动轨迹对于锻炼者来说，实现了人体的上下、前后运动，双腿屈伸运动的同时，人体在连杆的作用下，也相应作上下、前后移动，这样在锻炼了肩部、腰部、腿部肌肉同时，人体关节的灵活性，神经系统的协调及平衡能力也得到加强，增加了锻炼者乐趣和锻炼的效果。

附图说明

[0008] 下面结合附图和实施例对本实用新型进一步说明。

[0009] 图1是本实用新型的结构示意图。

[0010] 图2是本实用新型的运动轨迹示意图。

[0011] 图中：1.机架，2. 下连杆，3. 手把连杆，4. 扶手，5. 连杆，6. 踏板。

具体实施方式

[0012] 本实用新型由机架1、下连杆2、手把连杆3、扶手4、连杆5、踏板6组成，下连杆2的一端与机架1上的支耳转动连接，下连杆2的另一端与连杆5上的支耳转动连接；手把连杆3的一端与机架1上部的转轴转动连接，手把连杆3的另一端与扶手4的U型横杆固定连接，手把连杆3的中部与连杆5顶端铰接；踏板6安装在连杆5的下部。

[0013] 上述的连杆5为L型。

[0014] 使用时，双脚踩在踏板6上，肩扛扶手4的横杠，两手握紧扶手4，双腿直立，克服自身重力做功，踏板6连同人体一起向上运动；双腿微曲，踏板6连同人体下落，完成整个动作。这样人在做深蹲练习时，机构除了立柱1固定外，全部按照设计的轨迹运动，对于锻炼者来说，由于双腿屈伸动作，人体的相对位置在上下、前后方向均发生变化。器材的运动近似于上下划弧，使用者在锻炼了肩部、腰部、腿部肌肉的同时，人体相关关节的灵活性，神经系统的协调及平衡能力也得到加强，增加了锻炼者乐趣和锻炼的效果。

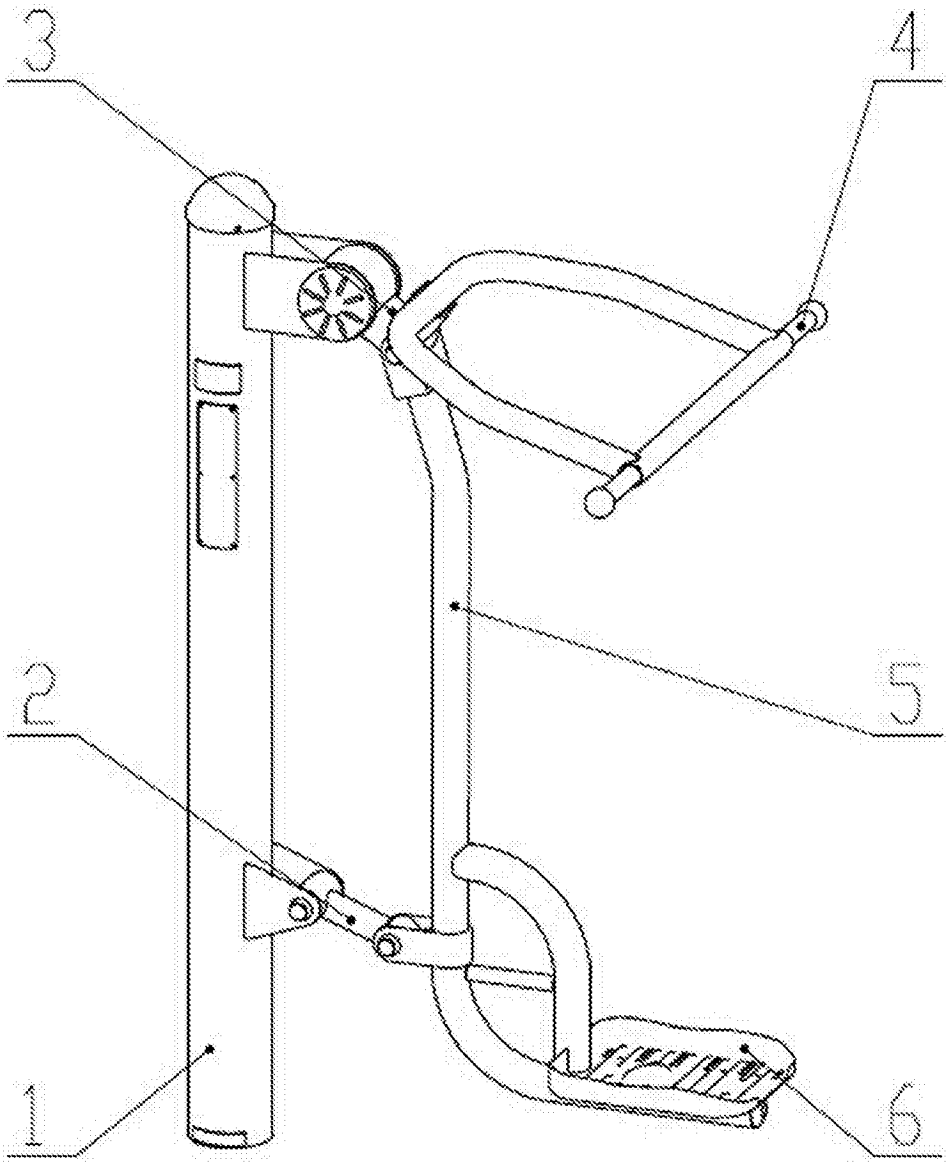


图1

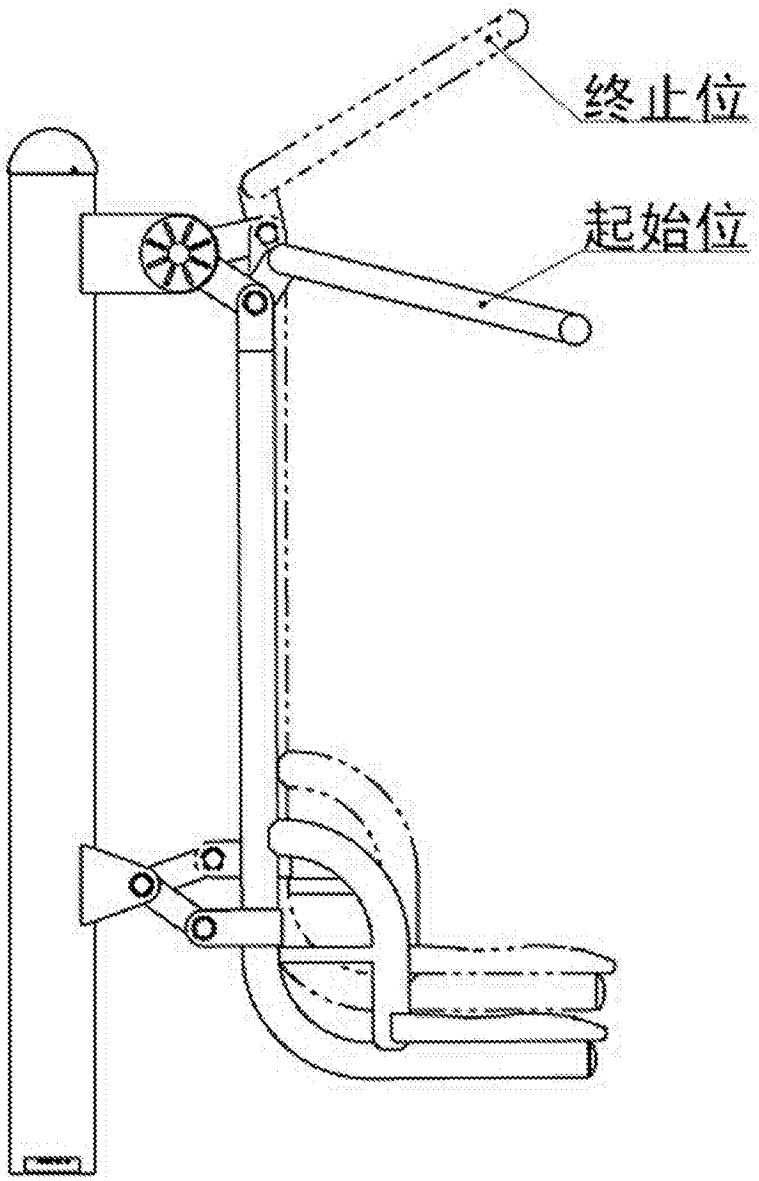


图2