



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 203043430 U

(45) 授权公告日 2013.07.10

(21) 申请号 201220714562.9

(22) 申请日 2012.12.22

(73) 专利权人 张舜林

地址 200000 上海市奉贤区奉贤区胡桥镇胡
滨公路 1228 弄 19 号

(72) 发明人 张舜林

(51) Int. Cl.

A63B 23/02(2006.01)

A63B 23/04(2006.01)

A63B 23/12(2006.01)

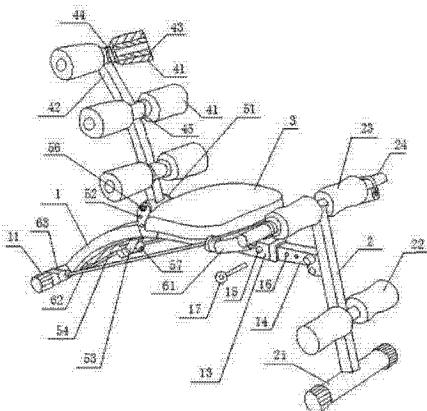
权利要求书1页 说明书3页 附图2页

(54) 实用新型名称

全能收腹机仰卧板

(57) 摘要

本实用新型公开了一种全能收腹机仰卧板，包括后支架、前支架、坐垫、靠背支撑架以及设在靠背支撑架上的靠背泡棉辊，后支架的底端固定连接后支撑脚；前支架底端固定连接前支撑脚，中部固定连接脚钩泡棉辊，上部固定连接膝托泡棉辊，后支架前端固定连接伸缩机构，伸缩机构连接在后支架上可旋转地连接坐垫；靠背支撑架的下端可转动地铰接在靠背调节机构上。本实用新型设计新颖，设计新颖，兼顾了仰卧板和收腹机功能，仰卧运动时，拔掉固定螺栓，靠背紧贴后背一起运动，后仰时限位弹性连接件起到阻尼作用，坐起时限位弹性连接件起到助推作用，具有收腹机的功能；当对固定螺栓穿入不同的调节孔定位固定时，就具有仰卧板功能。



1. 一种全能收腹机仰卧板，包括后支架、前支架、坐垫、靠背支撑架以及设在靠背支撑架上的靠背泡棉辊，后支架的底端固定连接后支撑脚；前支架底端固定连接前支撑脚，中部固定连接脚钩泡棉辊，上部固定连接膝托泡棉辊，其特征在于：后支架前端固定连接伸缩机构，伸缩机构连接在前支架上；后支架上可旋转地连接坐垫；靠背支撑架的下端可转动地铰接在靠背调节机构上。

2. 根据权利要求 1 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：所述靠背调节机构包括固定设在后支架上的靠背支撑座、靠背支撑座上开有的多个调节孔、限位连接杆和限位弹性连接件；靠背支撑架的下端与靠背支撑座铰接，限位连接杆的上端与靠背支撑架的下端连接，限位连接杆的下端与限位弹性连接件的上端连接，限位弹性连接件的下端与后支撑脚连接。

3. 根据权利要求 2 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：所述限位连接杆上开有与多个调节孔相互匹配的定位孔，并用固定螺栓穿入调节孔与定位孔固定。

4. 根据权利要求 2 或 3 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：所述后支架上设有固定档杆，限位连接杆的下端设有缓冲垫。

5. 根据权利要求 2 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：所述限位弹性连接件为精钢弹簧。

6. 根据权利要求 1 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：所述伸缩机构包括固定在后支架前端的外管以及与外管匹配的内管，外管上开有限位孔，内管上开有多个与限位孔匹配的调位孔，并用插销穿入限位孔与调位孔固定；内管的前端连接在前支架上。

7. 根据权利要求 1 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：所述靠背支撑架包括支撑竖杆和固定在支撑竖杆上的泡棉辊横托杆，泡棉辊横托杆外套有靠背泡棉辊。

8. 根据权利要求 7 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：所述靠背泡棉辊上靠近支撑竖杆的一端设有滑槽，支撑竖杆与泡棉辊横托杆的连接处设有与滑槽相匹配的卡子，用于固定靠背泡棉辊，防止靠背泡棉辊在滚动时从泡棉辊横托杆上脱落。

9. 根据权利要求 1 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：所述膝托泡棉辊的端部设有运动扶手。

10. 根据权利要求 1 所述的全能收腹机仰卧板，其特征在于：还包括拉力机构，拉力机构包括握柄和拉绳，拉绳的一端通过绳套与后支撑脚连接，另一端与握柄固定连接。

全能收腹机仰卧板

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种健身器械，尤其涉及一种全能收腹机仰卧板。

背景技术

[0002] 随着社会的发展和科技的进步，工作范围越来越大，社会的应酬越来越多，出行方式也逐步被现代交通工具所代替，很少有时间参加健身运动，身体素质不断下降，随之带来了许多现代病，最常见的就是腹部肥胖的问题。

[0003] 仰卧板与收腹机都是人们日常进行身体锻炼的主要运动器材之一，因为占地面积较小，且能对腹部起到很好的锻炼效果，因此深受广大健身爱好者的喜爱。但是现有的仰卧板和收腹机功能都比较单一，无法满足人们更多的锻炼需求。单独使用仰卧板时，由于仰卧板固定在仰卧板支架上，相互之间不可以调节，健身者进行仰卧起坐训练时需要自身的力量，对体质较差的健身者来说完全依靠自身的力量完成仰卧起坐有一定的难度，即使能完成，但因数量和质量不足，也起不到锻炼的效果，如果辅助收腹机的功能，就可以比较好的起到锻炼的效果；而单独使用收腹机时，只能相对的容易使用收腹功能，而不能兼顾仰卧板的对上身臂力及腿部力量的锻炼功能。为此，需要研制出兼顾仰卧板和收腹机功能合二为一的器械来方便锻炼者使用。

发明内容

[0004] 针对上述现有技术存在的问题，本实用新型提供一种全能收腹机仰卧板。

[0005] 为了实现上述目的，本实用新型采用的技术方案是：一种全能收腹机仰卧板，包括后支架、前支架、坐垫、靠背支撑架以及设在靠背支撑架上的靠背泡棉辊，后支架的底端固定连接后支撑脚；前支架底端固定连接前支撑脚，中部固定连接脚钩泡棉辊，上部固定连接膝托泡棉辊，其特征在于：后支架前端固定连接伸缩机构，伸缩机构连接在前支架上；后支架上可旋转地连接坐垫；靠背支撑架的下端可转动地铰接在靠背调节机构上。

[0006] 作为优选，靠背调节机构包括固定设在后支架上的靠背支撑座、靠背支撑座上开有的多个调节孔、限位连接杆和限位弹性连接件；靠背支撑架的下端与靠背支撑座铰接，限位连接杆的上端与靠背支撑架的下端连接，限位连接杆的下端与限位弹性连接件的上端连接，限位弹性连接件的下端与后支撑脚连接。

[0007] 作为优选，限位连接杆上开有与多个调节孔相互匹配的定位孔，并用固定螺栓穿入调节孔与定位孔固定。

[0008] 作为优选，后支架上设有固定档杆，限位连接杆的下端设有缓冲垫，有效防止靠背支撑架的过度前倾或后仰。

[0009] 作为优选，限位弹性连接件为精钢弹簧。

[0010] 作为优选，伸缩机构包括固定在后支架前端的外管以及与外管匹配的内管，外管上开有限位孔，内管上开有多个与限位孔匹配的调位孔，并用插销穿入限位孔与调位孔固定；内管的前端连接在前支架上。

[0011] 作为优选，靠背支撑架包括支撑竖杆和固定在支撑竖杆上的泡棉辊横托杆，泡棉辊横托杆外套有靠背泡棉辊。

[0012] 作为优选，靠背泡棉辊上靠近支撑竖杆的一端设有滑槽，支撑竖杆与泡棉辊横托杆的连接处设有与滑槽相匹配的卡子，用于固定靠背泡棉辊，防止靠背泡棉辊在滚动时从泡棉辊横托杆上脱落。

[0013] 作为优选，膝托泡棉辊的端部设有运动扶手。

[0014] 作为优选，还包括拉力机构，拉力机构包括握柄和拉绳，拉绳的一端通过绳套与后支撑脚连接，另一端与握柄固定连接。

[0015] 与现有技术相比，本实用新型的优点在于：设计新颖，兼顾了仰卧板和收腹机功能，仰卧运动时，拔掉固定螺栓，靠背紧贴后背一起运动，后仰时限位弹性连接件起到阻尼作用，坐起时限位弹性连接件起到助推作用，具有收腹机的功能，可以更好地起到锻炼效果，同时靠背泡棉辊可随着仰卧运动进行滚动，对背部达到按摩舒适的效果；当对固定螺栓穿入不同的调节孔定位时，可用于仰卧起坐、哑铃运动，就具有仰卧板功能；坐垫可以旋转，双手扶住运动扶手，扭动腰部，多方面的锻炼腹部与腰部，增加腰部柔韧性。

附图说明

[0016] 图 1 为本实用新型的一种结构示意图；

[0017] 图 2 为本实用新型的另一种结构示意图。

[0018] 图中：1、后支架；11、后支撑脚；12、固定档杆；13、外管；14、内管；15、限位孔；16、调位孔；17、插销；2、前支架；21、前支撑脚；22、脚钩泡棉辊；23、膝托泡棉辊；24、运动扶手；3、坐垫；41、靠背泡棉辊；42、支撑竖杆；43、泡棉辊横托杆；44、滑槽；45、卡子；51、靠背支撑座；52、调节孔；53、限位连接杆；54、限位弹性连接件；55、定位孔；56、固定螺栓；57、缓冲垫；61、握柄；62、拉绳；63、绳套。

具体实施方式

[0019] 下面将结合附图对本实用新型作进一步说明。

[0020] 作为本实用新型的一种实施方式，参阅图 1 和图 2，本实用新型包括后支架 1、前支架 2、坐垫 3、靠背支撑架以及设在靠背支撑架上的靠背泡棉辊 41，后支架 1 的底端固定连接后支撑脚 11；前支架 2 底端固定连接前支撑脚 21，中部固定连接脚钩泡棉辊 22，上部固定连接膝托泡棉辊 23，后支架 1 前端固定连接伸缩机构，伸缩机构连接在前支架 2 上，后支架 1 上可旋转地连接坐垫 3；靠背支撑架的下端可转动地铰接在靠背调节机构上。

[0021] 靠背调节机构包括固定设在后支架 1 上的靠背支撑座 51、靠背支撑座 51 上开有的多个调节孔 52、限位连接杆 53 和限位弹性连接件 54；限位连接杆 53 的上端与靠背支撑架的下端连接，限位连接杆 53 的下端与限位弹性连接件 54 的上端连接，限位弹性连接件 54 的下端与后支撑脚 11 连接。

[0022] 限位连接杆 53 上开有与多个调节孔 52 相互匹配的定位孔 55，并用固定螺栓 56 穿入调节孔 52 与定位孔 55 固定。

[0023] 后支架 1 上设有固定档杆 12，限位连接杆 53 的下端设有缓冲垫 57，当锻炼者在做仰卧运动时，靠背支撑架带动限位连接杆 53 前后运动，固定档杆 12 和限位连接杆 53 上的

缓冲垫 57 有效防止靠背支撑架的过度前倾或后仰。

[0024] 限位弹性连接件 54 为精钢弹簧。

[0025] 伸缩机构包括固定在后支架 1 前端的外管 13 以及与外管 13 匹配的内管 14，外管 13 上开有限位孔 15，内管 13 上开有多个与限位孔 15 匹配的调位孔 16，并用插销 17 穿入限位孔 15 与调位孔 16 固定；内管 14 的前端连接在前支架 2 上，这样就可以随时调整前支架 2 与后支架 1 之间的距离以满足锻炼者不同身高的需求。

[0026] 靠背支撑架包括支撑竖杆 42 和固定在支撑竖杆 42 上的泡棉辊横托杆 43，泡棉辊横托杆 43 外套有靠背泡棉辊 41，仰卧运动时，靠背泡棉辊 41 可随着紧贴的背部进行滚动，对背部达到按摩舒适的效果。

[0027] 靠背泡棉辊 41 上靠近支撑竖杆 42 的一端设有滑槽 44，支撑竖杆 42 与泡棉辊横托杆 43 的连接处设有与滑槽 44 相匹配的卡子 45，用于固定靠背泡棉辊 41，防止靠背泡棉辊 41 在滚动时从泡棉辊横托杆 43 上脱落。

[0028] 还包括拉力机构，拉力机构包括握柄 61 和拉绳 62，拉绳 62 的一端通过绳套 63 与后支撑脚 11 连接，另一端与握柄 61 固定连接。不用时可以取下来，或者握柄 61 可以挂在运动扶手 24 上，拉绳 62 可以满足不同人们的需求，实现多样化的锻炼需求。

[0029] 使用时，兼顾了仰卧板和收腹机功能，仰卧运动时，拔掉固定螺栓 56，靠背支撑架紧贴后背一起运动，后仰时限位弹性连接件 54 起到阻尼作用，坐起时限位弹性连接件 54 起到助推作用，具有收腹机的功能，可以更好地起到锻炼效果，同时靠背泡棉辊 41 可随着紧贴的背部进行滚动，对背部达到按摩舒适的效果；当对固定螺栓 56 穿入不同的调节孔 52 定位时，可用于仰卧起坐、哑铃运动，就具有仰卧板功能。

[0030] 膝托泡棉辊 23 的端部设有运动扶手 24，当进行俯卧撑训练时，锻炼者可以双手支撑在运动扶手 24 上，即可进行俯卧撑训练；坐垫 3 可以旋转转动，锻炼者坐在坐垫 3 上，双手可以扶住运动扶手 24，扭动腰部，多方面的锻炼腹部与腰部，增加腰部柔韧性。

[0031] 当进行抬腿运动时，锻炼者坐在坐垫 3 上，双手可以扶住运动扶手 24，两脚踩住靠背支撑架顶部的靠背泡棉辊 41，利用精钢弹簧弹力来回上下锻炼腹部和腿部。

[0032] 尽管已经结合当前认作是一个最为实用和优选的实施例来描述了本实用新型，但应当理解，本实用新型不限于所公开的实施例，而相反是旨在涵盖包括在所附权利要求的精神和范围内的多种修改和同等布置。

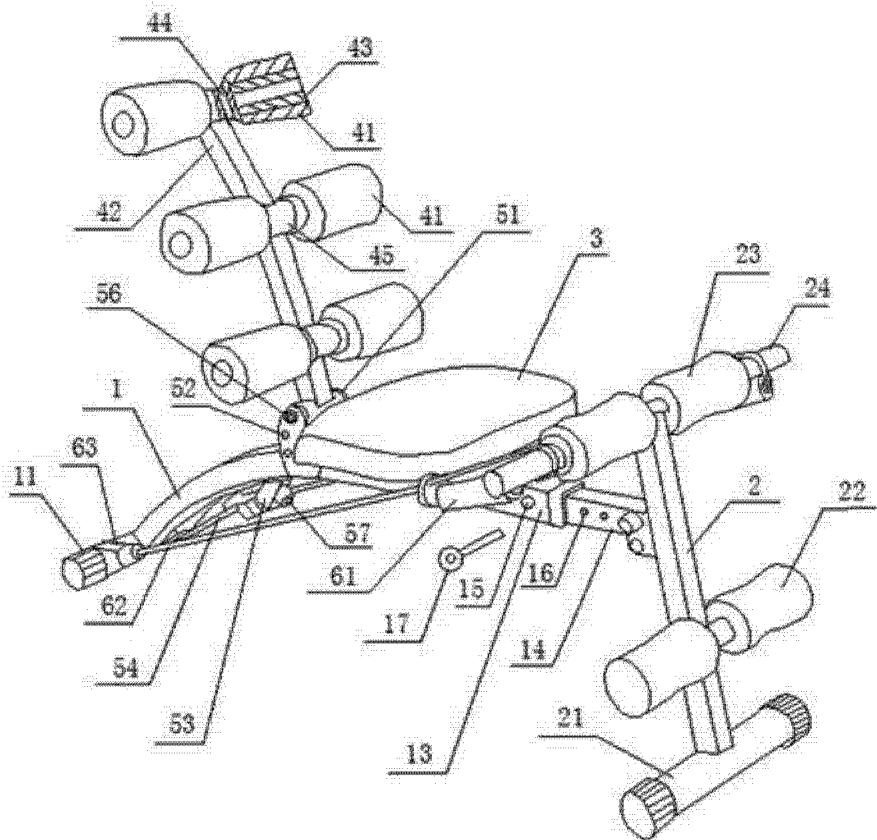


图 1

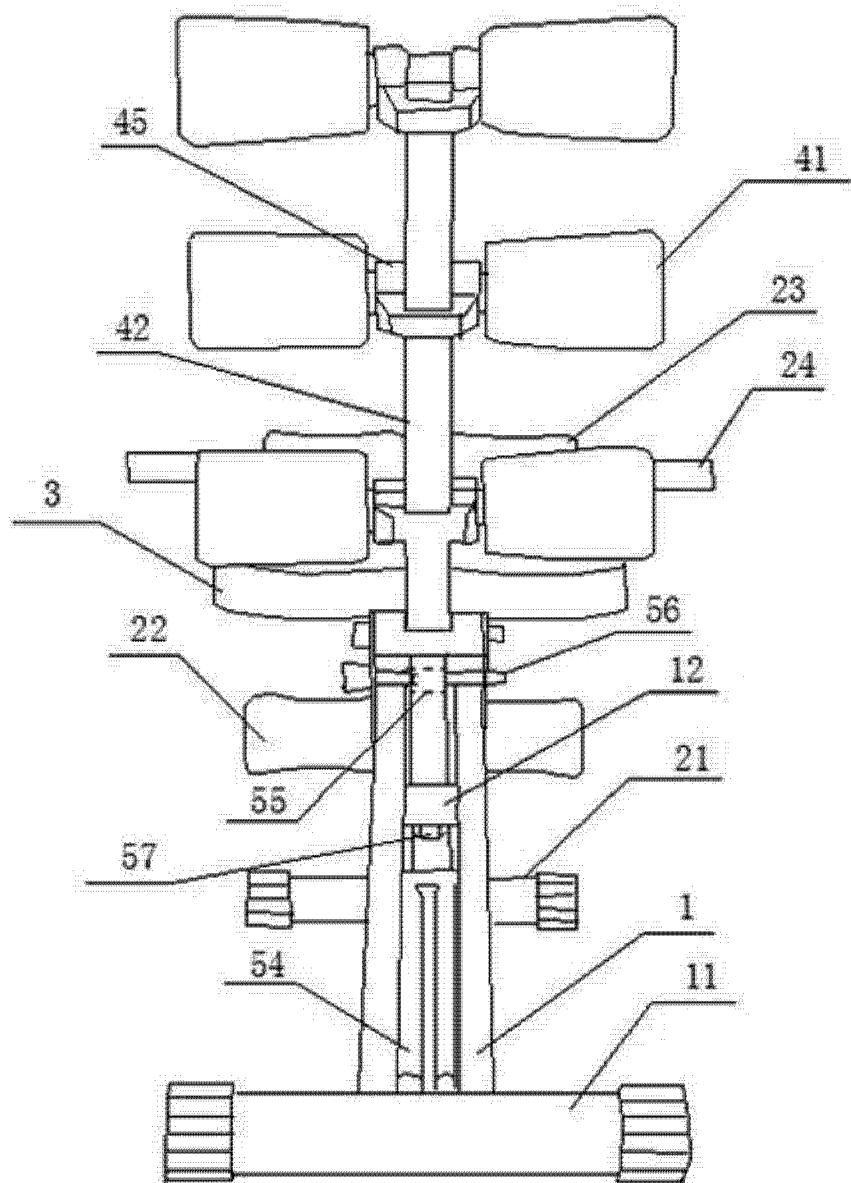


图 2