



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 203447714 U

(45) 授权公告日 2014. 02. 26

(21) 申请号 201320490065. X

(22) 申请日 2013. 08. 13

(73) 专利权人 渤海大学

地址 121000 辽宁省锦州市高新产业园区科技路 19 号

(72) 发明人 张颖 贾文伟 刘艳春 孙蕾
赵立双

(74) 专利代理机构 石家庄新世纪专利商标事务
所有限公司 13100

代理人 张素静 徐瑞丰

(51) Int. Cl.

A63B 23/035 (2006. 01)

A61H 15/00 (2006. 01)

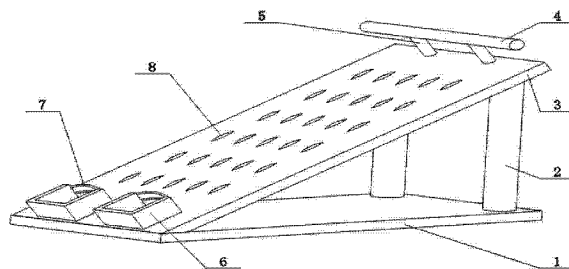
权利要求书1页 说明书1页 附图1页

(54) 实用新型名称

一种体育健身器械

(57) 摘要

本实用新型包括底座、设置在底座上的立柱、一端与底座固定另一端与立柱相连的躺板、设置在躺板上端的支杆、设置在支杆上的握杆、设置在躺板下端的脚框和设置在脚框上的弹性带,所述躺板表面均匀设置有按摩轮。身体躺在躺板上,手臂握住握杆向上牵引,脚部套在弹性带上,使得上肢和下肢肌肉得以拉伸,背部与按摩轮接触,能使背部得到按摩,提高腰部柔韧性,长期锻炼可改善身体机能,避免拉伤、扭伤,提高身体免疫力,达到运动健身的目的。



1. 一种体育健身器械,其特征在于其包括底座(1)、设置在底座(1)上的立柱(2)、一端与底座(1)固定另一端与立柱(2)相连的躺板(3)、设置在躺板(3)上端的支杆(5)、设置在支杆(5)上的握杆(4)、设置在躺板(3)下端的脚框(6)和设置在脚框(6)上的弹性带(7),所述躺板(3)表面均匀设置有按摩轮(8)。

2. 根据权利要求1所述的一种健身器械,其特征在于所述躺板(3)与底座(1)夹角为 $10^{\circ} \sim 30^{\circ}$ 。

3. 根据权利要求1所述的一种健身器械,其特征在于所述脚框(6)的数量为2个。

一种体育健身器械

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种体育健身器械。

技术背景

[0002] 随着生活节奏的加快,大部分人缺少足够的锻炼,身体的肌肉得不到应有的拉伸收缩锻炼,致使气血瘀滞,血液循环不畅,身体免疫能力下降,影响正常的工作和生活。

实用新型内容

[0003] 本实用新型所要解决的技术问题是提供一种可以锻炼四肢肌肉并且能够按摩背部改善血液循环的体育健身器械。

[0004] 本实用新型采用如下技术方案:本实用新型包括底座、设置在底座上的立柱、一端与底座固定另一端与立柱相连的躺板、设置在躺板上端的支杆、设置在支杆上的握杆、设置在躺板下端的脚框和设置在脚框上的弹性带,所述躺板表面均匀设置有按摩轮。

[0005] 所述躺板与底座夹角为 $10^{\circ} \sim 30^{\circ}$ 。

[0006] 所述脚框的数量为 2 个。

[0007] 本实用新型的积极效果如下:身体躺在躺板上,手臂握住握杆向上牵引,脚部套在弹性带上,使得上肢和下肢肌肉得以拉伸,背部与按摩轮接触,能使背部得到按摩,提高腰部柔韧性,长期锻炼可改善身体机能,避免拉伤、扭伤,提高身体免疫力,达到运动健身的目的。

附图说明

[0008] 图 1 为本实用新型结构示意图;

[0009] 在图中:1 底座、2 立柱、3 躺板、4 握杆、5 支杆、6 脚框、7 弹性带、8 按摩轮。

具体实施方式

[0010] 如图 1 所示,本实用新型包括底座 1、设置在底座 1 上的立柱 2、一端与底座 1 固定另一端与立柱 2 相连的躺板 3、设置在躺板 3 上端的支杆 5、设置在支杆 5 上的握杆 4、设置在躺板 3 下端的脚框 6 和设置在脚框 6 上的弹性带 7,所述躺板 3 表面均匀设置有按摩轮 8,所述躺板 3 与底座 1 夹角为 $10^{\circ} \sim 30^{\circ}$,所述脚框 6 的数量为 2 个。本实用新型所述的按摩轮 8 内嵌在躺板 3 里且能绕自身轴线转动。

[0011] 使用本实用新型时,身体躺在躺板 3 上,脚部套在弹性带 7 上,手臂握紧握杆 4 并向上牵引,使得手臂肌肉被拉伸,同时弹性带 7 由于弹性变形与脚部牢稳接触,下肢肌肉在拉力的作用下被拉伸,整个身体在向上牵引过程中始终与躺板 3 上按摩轮 8 接触,按摩轮 8 对背部起到了很好地按摩作用。当手臂牵引到一定程度后,缓慢释放力量,整个身体在重力与弹性带 7 拉力的作用下缓慢下降至初始位置,然后再重复拉伸动作进行锻炼,使四肢肌肉得到充分拉伸收缩,提高身体体质。

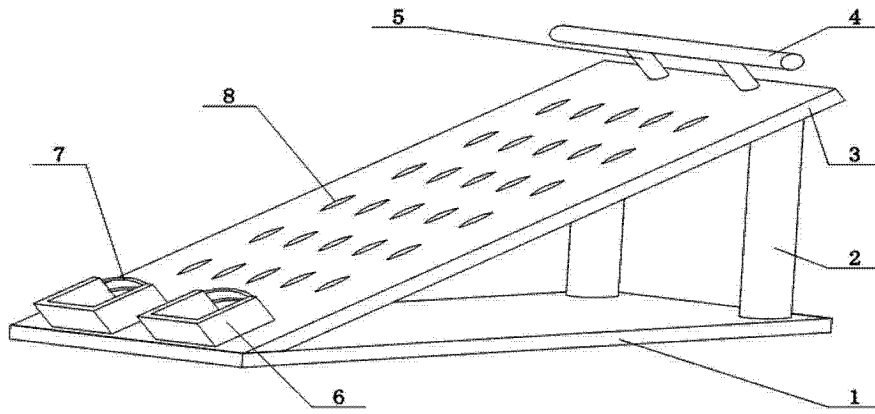


图 1