



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 205460727 U

(45)授权公告日 2016.08.17

(21)申请号 201620104332.9

(22)申请日 2016.02.02

(73)专利权人 河南理工大学万方科技学院

地址 451400 河南省郑州市郑州新区职教
园区前程北路8号(郑州校区)

(72)发明人 王覃秋

(74)专利代理机构 郑州优盾知识产权代理有限
公司 41125

代理人 孙诗雨 董晓慧

(51) Int. Cl.

A63B 23/12(2006.01)

A63B 21/02(2006.01)

(ESM)同样的发明创造已同日申请发明专利

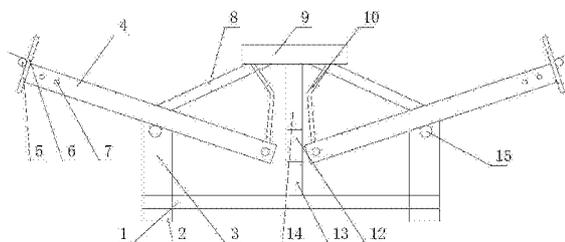
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

(54)实用新型名称

一种形体训练装置

(57)摘要

本实用新型提供一种能够充分锻炼上身、缓解上肢的形体训练装置。所述形体训练装置,包括底座,底座上设有立柱,立柱与压杆中部铰接,压杆端部设有至少两个握把,压杆末端与中间杆铰接相连,中间杆顶部铰接有支撑座,支撑座下部铰接有上支撑杆,上支撑杆与中间支撑杆铰接相连,中间支撑杆与下支撑杆铰接相连,支撑座下部还与弹簧一端相连,弹簧另一端与调节柱相连,调节柱设置在立柱的滑槽内。本实用新型适用于男女训练者,主要依靠臂力和腕力,训练上肢,进而锻炼使用者的手臂、颈肩,使得使用者的上半身得到充分锻炼,符合形体要求。



1. 一种形体训练装置,包括底座(1),底座(1)上设有立柱(3),其特征在于:立柱(3)与压杆(4)中部铰接,压杆(4)端部设有至少两个握把(7),压杆(4)末端与中间杆(10)铰接相连,中间杆(10)顶部铰接有支撑座(9),支撑座(9)下部铰接有上支撑杆(14),上支撑杆(14)与中间支撑杆(12)铰接相连,中间支撑杆(12)与下支撑杆(13)铰接相连,支撑座(9)下部还与弹簧(8)一端相连,弹簧8另一端与调节柱(15)相连,调节柱(15)设置在立柱(3)的滑槽内。

2. 根据权利要求1所述的形体训练装置,其特征在于:所述压杆(4)端部还固定有连接杆(6),连接杆(6)上连有扭簧,扭簧与训练板(5)相连。

3. 根据权利要求2所述的形体训练装置,其特征在于:所述底座(1)底部设有防滑垫(2)。

4. 根据权利要求3所述的形体训练装置,其特征在于:所述支撑座(9)包括底部的不锈钢层(9-1),不锈钢层(9-1)上设有弹性层(9-2),弹性层(9-2)上设有防滑层(9-3)。

一种形体训练装置

技术领域

[0001] 本实用新型属于健身、体育用具,具体涉及一种锻炼上肢的形体训练装置。

背景技术

[0002] 随着社会节奏的加快,城市白领疲于工作、缺乏锻炼。部分人选择健身房进行锻炼,但是多数人由于时间和经济的限制,未去健身房锻炼。这部分人很多处于亚健康,尤其是因为整天对电脑、手机等导致了颈肩问题。同时,随着生活水平的提高和健康的考虑,年轻的女性和男性更多的考虑健身问题,开始室内健身。室内健身主要是以跑步机为主,跑步机主要是锻炼下肢,对上身的锻炼较少,且跑步机占地大,还未在家庭中普遍使用。

实用新型内容

[0003] 本实用新型的目的是针对上述现有技术的不足,提供一种能够充分锻炼上身、缓解上肢的形体训练装置。

[0004] 本实用新型的技术方案是这样实现的:一种形体训练装置,包括底座,底座上设有立柱,立柱与压杆中部铰接,压杆端部设有至少两个握把,压杆末端与中间杆铰接相连,中间杆顶部铰接有支撑座,支撑座下部铰接有上支撑杆,上支撑杆与中间支撑杆铰接相连,中间支撑杆与下支撑杆铰接相连,支撑座下部还与弹簧一端相连,弹簧另一端与调节柱相连,调节柱设置在立柱的滑槽内。

[0005] 所述压杆端部还固定有连接杆,连接杆上连有扭簧,扭簧与训练板相连。

[0006] 所述底座底部设有防滑垫。

[0007] 所述支撑座包括底部的不锈钢层,不锈钢层上设有弹性层,弹性层上设有防滑层。

[0008] 本实用新型适用于男女训练者,主要依靠臂力和腕力,训练上肢,进而锻炼使用者的手臂、颈肩,使得使用者的上半身得到充分锻炼,符合形体要求。

附图说明

[0009] 为了更清楚地说明本实用新型实施例或现有技术中的技术方案,下面将对实施例或现有技术描述中所需要使用的附图作简单地介绍,显而易见地,下面描述中的附图仅仅是本实用新型的一些实施例,对于本领域普通技术人员来讲,在不付出创造性劳动的前提下,还可以根据这些附图获得其他的附图。

[0010] 图1为本实用新型的结构示意图。

[0011] 图2是立柱的结构示意图。

[0012] 图3是支撑座的结构示意图。

[0013] 其中:1.底座,2.防滑垫,3.立柱,4.压杆,5.训练板,6.连接杆,7.握把,8.弹簧,9.支撑座,10.中间杆,11.滑槽,12.中间支撑杆,13.下支撑杆,14.上支撑杆,15.调节柱。

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付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围。

[0015] 如图1~2所示,一种形体训练装置,包括底座1,底座1上设有立柱3,立柱3与压杆4中部铰接,压杆4端部设有至少两个握把7,压杆4末端与中间杆10铰接相连,中间杆10顶部铰接有支撑座9,支撑座9下部铰接有上支撑杆14,上支撑杆14与中间支撑杆12铰接相连,中间支撑杆12与下支撑杆13铰接相连,支撑座9下部还与弹簧8一端相连,弹簧8另一端与调节柱15相连,调节柱15设置在立柱3的滑槽11内。

[0016] 本实用新型适用于男女训练者,主要依靠臂力和腕力,训练上肢,其使用方法如下:使用者俯卧,双手按在握把7上向下使力,带动压杆4末端向上翘起,进而通过中间杆10带动支撑座9向上运动,此时弹簧8被拉伸,进而锻炼使用者的手臂、颈肩。

[0017] 优选的,所述压杆4端部还固定有连接杆6,连接杆6上连有扭簧,扭簧与训练板5相连。扭簧和训练板5主要是用来训练手指的力量,通过手指可以扳动训练板5进行训练。

[0018] 优选的,所述底座1底部设有防滑垫2。这样可以防止整个装置在瓷砖上滑动。

[0019] 如图3所示,进一步的,所述支撑座9包括底部的不锈钢层9-1,不锈钢层9-1上设有弹性层9-2,弹性层9-2上设有防滑层9-3。支撑座9可以支撑在使用者的胸部,防滑层9-3用来防止打滑,而弹性层9-2可以使得使用者更舒适。

[0020] 以上所述仅为本实用新型的较佳实施例而已,并不用以限制本实用新型,凡在本实用新型的精神和原则之内,所作的任何修改、等同替换、改进等,均应包含在本实用新型的保护范围之内。

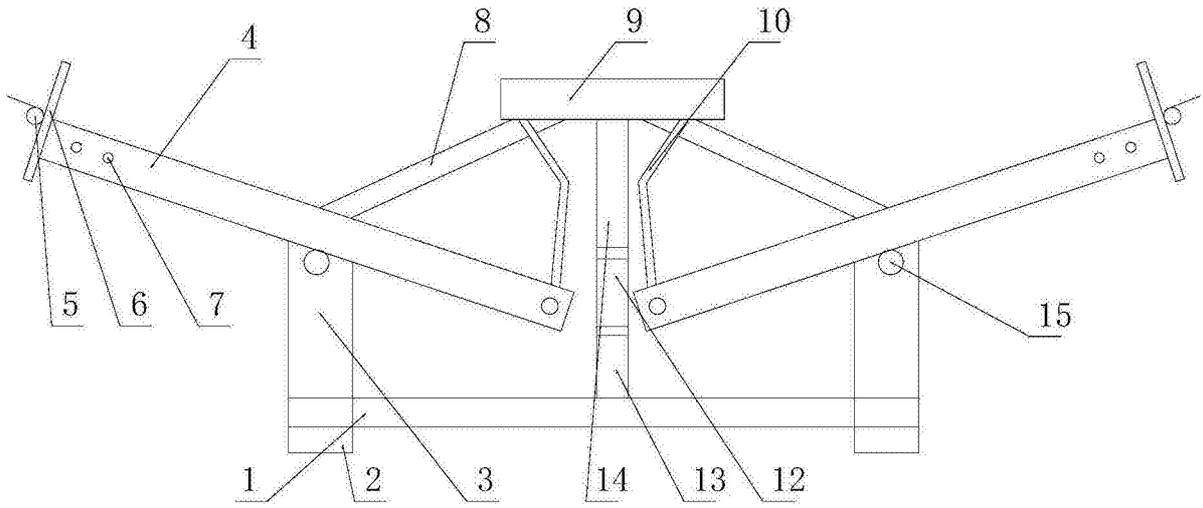


图1

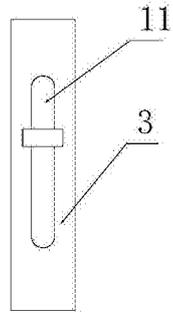


图2

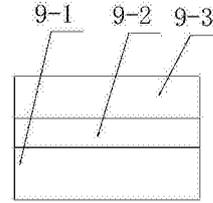


图3