

# (12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 202169048 U

(45) 授权公告日 2012. 03. 21

(21) 申请号 201120266243. 1

(22) 申请日 2011. 07. 26

(73) 专利权人 厦门市康泰兴运动器材有限公司  
地址 361000 福建省厦门市同安区环东海域  
湖里工业园 71 号厂房

(72) 发明人 林福民

(74) 专利代理机构 厦门市新华专利商标代理有  
限公司 35203

代理人 朱凌

(51) Int. Cl.

A63B 23/02 (2006. 01)

A63B 21/068 (2006. 01)

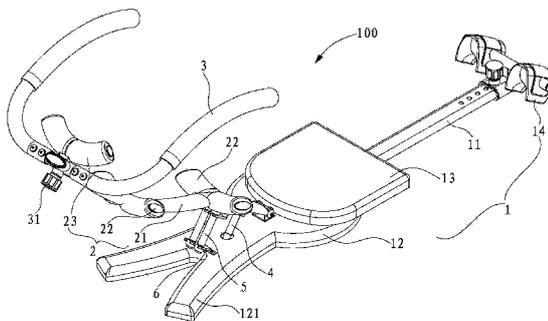
权利要求书 1 页 说明书 3 页 附图 3 页

## (54) 实用新型名称

一种半仰卧腹肌训练器

## (57) 摘要

本实用新型公开一种半仰卧腹肌训练器,包括主架、背架和把手,该主架中部位置设置有坐垫,端部还设置有脚撑;该背架枢接在主架上,并该主架与背架的枢接点与脚撑分别位于坐垫的两侧,该背架与主架之间还连接有缓冲件和弹性件;该把手则固定在背架的顶端。本实用新型完全利用训练人员自身的体重进行腹肌的锻炼,其无需设置配重块,并具有占地空间小、结构简单、操作简单、成本低以及便于推广应用的特点,其可应用于家庭内。



1. 一种半仰卧腹肌训练器,其特征在于,包括:  
主架,中部位置设置有坐垫,端部还设置有脚撑;  
背架,枢接在主架上,并该主架与背架的枢接点与脚撑分别位于坐垫的两侧,该背架与主架之间还连接有缓冲件和弹性件;  
把手,固定在背架的顶端。
2. 如权利要求 1 所述的一种半仰卧腹肌训练器,其特征在于,该背架顶端还设置有弧形头枕。
3. 如权利要求 1 所述的一种半仰卧腹肌训练器,其特征在于,该背架包括中杆以及固定在中杆上的多个横向杆,该多个横向杆沿中杆的延伸方向间隔设置。
4. 如权利要求 3 所述的一种半仰卧腹肌训练器,其特征在于,该中杆上形成有间隔设置的多个定位孔,该把手上设置有可供与任一定位孔锁固相连的锁接头。
5. 如权利要求 1 所述的一种半仰卧腹肌训练器,其特征在于,该弹性件具有杆部和分设于杆部两端的头部,该头部的直径大于杆部的直径,该背架和主架上都形成有宽度小于头部直径的卡接槽,该弹性件两端的头部分别卡接在背架和主架的卡接槽上。
6. 如权利要求 1 或 5 所述的一种半仰卧腹肌训练器,其特征在于,该弹性件为弹力乳胶管。
7. 如权利要求 1 所述的一种半仰卧腹肌训练器,其特征在于,该缓冲件为采用橡胶材质制成的橡胶缓冲垫。
8. 如权利要求 1 所述的一种半仰卧腹肌训练器,其特征在于,该主架包括支杆以及安装板,该安装板固定在支杆上并端部形成有两个支撑耳部。

## 一种半仰卧腹肌训练器

### 技术领域

[0001] 本实用新型涉及体育训练器材领域,更具体的说涉及一种半仰卧腹肌训练器。

### 背景技术

[0002] 随着社会的进步以及人们生活水平的不断提高,户内健身已经成为都市居民锻炼身体的一种主流方式,与此同时,适用于户内的体育运动器材亦成为逐渐走俏的锻炼器材。

[0003] 在户内健身中,腹肌已然成为一块主要需要被锻炼的肌肉,现有腹肌训练器一般都包括底座、坐垫、配重块和滑轮组件等部件,该底座起支撑作用,该坐垫则让训练人员能坐在其上,该配重块和滑轮组件则可用于根据不同训练人员的需求而调节相应的锻炼量,从而达到最佳的锻炼效果。

[0004] 但是,现有腹肌训练器其往往仅适用于健身中心等专用健身场所,其具有占地空间大、结构复杂、操作繁琐以及成本高等缺陷,即无法适用于普通的家庭,从而具有推广应用性差的缺陷。

[0005] 有鉴于此,本发明人针对现有腹肌训练器的上述缺陷深入研究,遂有本案产生。

### 实用新型内容

[0006] 本实用新型的目的在于提供一种半仰卧腹肌训练器,以解决现有技术中占地空间大、结构复杂、操作繁琐以及成本高的缺陷。

[0007] 为了达成上述目的,本实用新型的解决方案是:

[0008] 一种半仰卧腹肌训练器,其中,包括:

[0009] 主架,中部位置设置有坐垫,端部还设置有脚撑;

[0010] 背架,枢接在主架上,并该主架与背架的枢接点与脚撑分别位于坐垫的两侧,该背架与主架之间还连接有缓冲件和弹性件;

[0011] 把手,固定在背架的顶端。

[0012] 进一步,该背架顶端还设置有弧形头枕。

[0013] 进一步,该背架包括中杆以及固定在中杆上的多个横向杆,该多个横向杆沿中杆的延伸方向间隔设置。

[0014] 进一步,该中杆上形成有间隔设置的多个定位孔,该把手上设置有可供与任一定位孔锁固相连的锁接头。

[0015] 进一步,该弹性件具有杆部和分设于杆部两端的头部,该头部的直径大于杆部的直径,该背架和主架上都形成有宽度小于头部直径的卡接槽,该弹性件两端的头部分别卡接在背架和主架的卡接槽上。

[0016] 进一步,该弹性件为弹力乳胶管。

[0017] 进一步,该缓冲件为采用橡胶材质制成的橡胶缓冲垫。

[0018] 进一步,该主架包括支杆以及安装板,该安装板固定在支杆上并端部形成有两个支撑耳部。

[0019] 采用上述结构后,本实用新型涉及的一种半仰卧腹肌训练器,训练人员首先坐在坐垫上并使其脚部顶靠在脚撑上,接着靠在背架上,手臂则握持把手,如此完成了训练的准备工作,此时训练人员只需用力握持把手并带动背架一起绕主架旋转即可达到训练腹肌的作用。由此,本实用新型完全利用训练人员自身的体重进行腹肌的锻炼,其无需设置配重块,并具有占地空间小、结构简单、操作简单、成本低以及便于推广应用的功效。

#### 附图说明

[0020] 图 1 为本实用新型涉及一种半仰卧腹肌训练器的组合示意图;

[0021] 图 2 为本实用新型涉及一种半仰卧腹肌训练器的立体分解图;

[0022] 图 3 为本实用新型涉及一种半仰卧腹肌训练器在具体训练腹肌时的示意图。

[0023] 图中:

[0024]	腹肌训练器	100		
[0025]	主架	1	支杆	11
[0026]	安装板	12	支撑耳部	121
[0027]	坐垫	13	脚撑	14
[0028]	背架	2	中杆	21
[0029]	定位孔	211	横向杆	22
[0030]	弧形头枕	23	把手	3
[0031]	锁接头	31	缓冲件	4
[0032]	弹性件	5	杆部	51
[0033]	头部	52	卡接槽	6
[0034]	训练人员	200。		

#### 具体实施方式

[0035] 为了进一步解释本实用新型的技术方案,下面通过具体实施例来对本实用新型进行详细阐述。

[0036] 如图 1 和图 2 所示,其为本实用新型涉及的一种半仰卧腹肌训练器 100,包括主架 1、背架 2 和把手 3,其中:

[0037] 该主架 1,中部位置设置有坐垫 13,端部还设置有脚撑 14,该坐垫 13 呈平板状,其用于供训练人员 200 坐下;该脚撑 14 则概呈弧形状,其用于供训练人员 200 的脚容设,从而避免在做腹肌训练时,脚部会自然翘起,该脚撑可以根据需要沿主架前后调整;具体的,该主架 1 包括支杆 11 以及安装板 12,该安装板 12 用于供背架 2 安装于其上,为了使主架 1 能更佳平稳,该安装板 12 固定在支杆 11 上并端部形成有两个支撑耳部 121。

[0038] 该背架 2,枢接在主架 1 上,并该主架 1 与背架 2 的枢接点与脚撑 14 分别位于坐垫 13 的两侧,该背架 2 与主架 1 之间还连接有缓冲件 4 和弹性件;具体的,该背架 2 顶端还设置有弧形头枕 23,该弧形头枕 23 使头部 52 能平稳地安放。

[0039] 该把手 3,固定于背架 2 的顶端。

[0040] 这样,本实用新型涉及的一种半仰卧腹肌训练器 100,如图 3 所示,在训练人员 200 需要训练时,其坐在坐垫 13 上并使其脚部顶靠在脚撑 14 上,接着使训练人员 200 的背部靠

在背架 2 上,手臂则握持把手 3,如此即完成了训练的准备工作;此时训练人员 200 只需用力握持把手 3 并带动背架 2 一起绕主架 1 旋转即可达到训练腹肌的作用。由此,本实用新型完全利用训练人员 200 自身的体重进行腹肌的锻炼,其无需设置配重块,并同时具有占地空间小、结构简单、操作简单、成本低以及便于推广应用的功效。

[0041] 作为该背架 2 的一种具体结构,该背架 2 包括中杆 21 以及固定在中杆 21 上的多个横向杆 22,该多个横向杆 22 沿中杆 21 的延伸方向间隔设置,该多个横向杆 22 是用于让训练人员 200 背部能被充分的支撑。为了让该背架 2 能适用于不同高度的训练人员 200,该中杆 21 上形成有间隔设置的多个定位孔 211,该把手 3 上设置有锁接头 31,该锁接头 31 与任一定位孔 211 锁固相连,在具体使用时,训练人员 200 可以根据自己的高度来自行调整,即选择不同的定位孔 211 来与锁接头 31 锁固相连。

[0042] 具体地,该弹性件具有杆部 51 和分设于杆部 51 两端的头部 52,该头部 52 的直径大于杆部 51 的直径,该背架 2 和主架 1 上都形成有宽度小于头部 52 直径的卡接槽 6,该弹性件两端的头部 52 分别卡接在背架 2 和主架 1 的卡接槽 6 上;该弹性件在本实施例具体采用的为弹力乳胶管,当然其并不限于此,其亦可以为本领域常用的其它弹性体 5,而该缓冲件 4 则在本实施例中采用橡胶材质制成的橡胶缓冲垫。

[0043] 上述实施例和图式并非限定本实用新型的产品形态和式样,任何所属技术领域的普通技术人员对其所做的适当变化或修饰,皆应视为不脱离本实用新型的专利范畴。

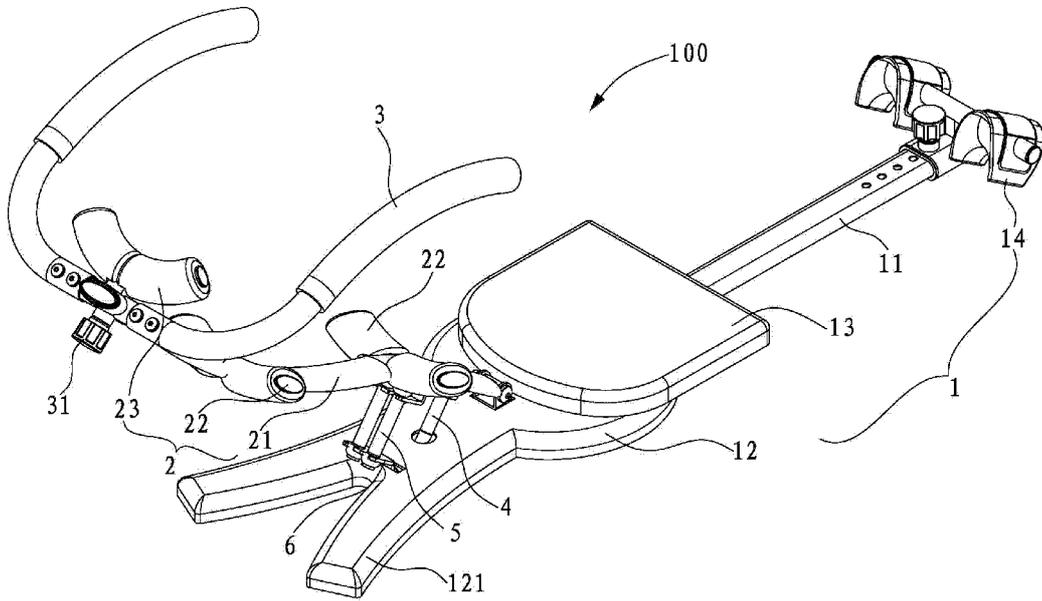


图 1

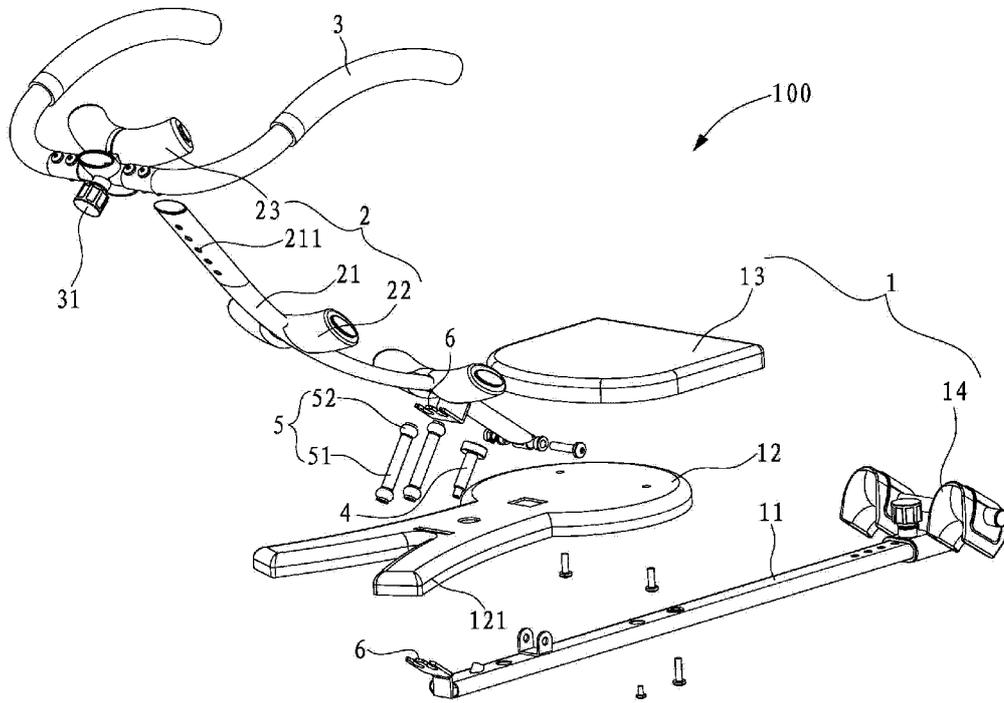


图 2

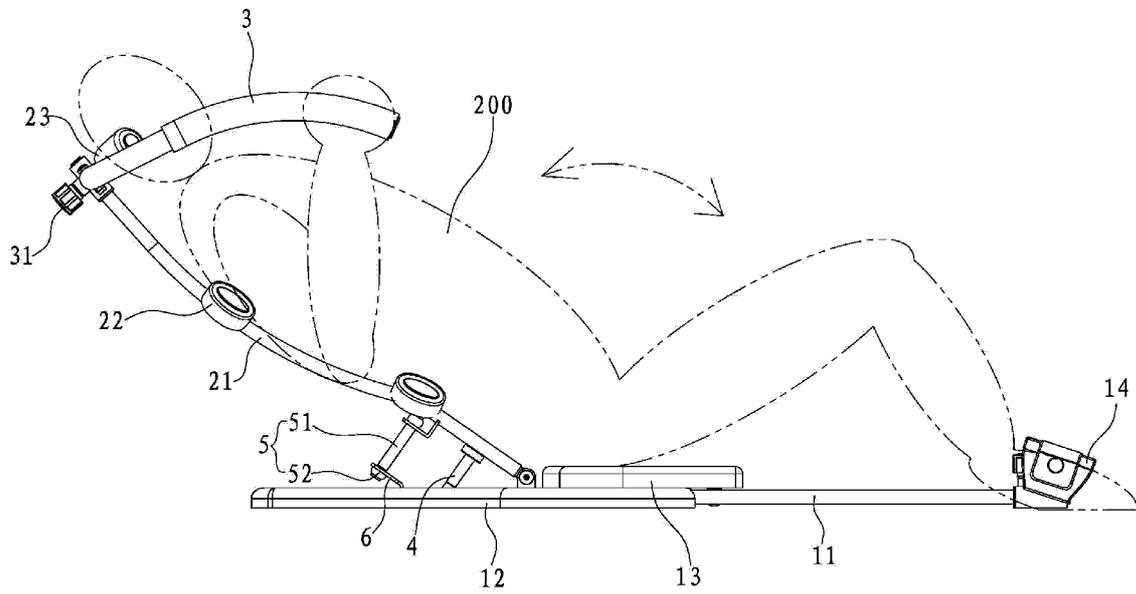


图 3