



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 208115039 U

(45)授权公告日 2018. 11. 20

(21)申请号 201820504442.3

(22)申请日 2018.04.10

(73)专利权人 上海易异意实业发展有限公司

地址 201306 上海市浦东新区泥城镇云汉
路979号2楼

(72)发明人 陈荣

(74)专利代理机构 北京金信知识产权代理有限
公司 11225

代理人 张晓丹 刘锋

(51)Int.Cl.

A63B 22/16(2006.01)

A63B 23/02(2006.01)

A63B 23/04(2006.01)

A63B 23/12(2006.01)

(ESM)同样的发明创造已同日申请发明专利

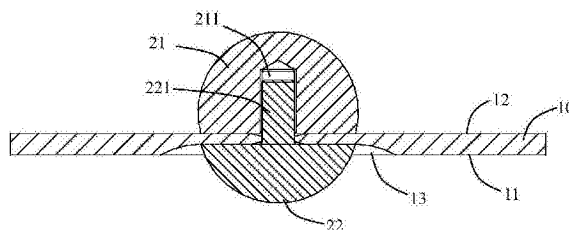
权利要求书1页 说明书3页 附图3页

(54)实用新型名称

平衡板

(57)摘要

本实用新型公开了一种平衡板,该平衡板包括平衡板板体、第一球缺体和第二球缺体,所述平衡板板体的中央开设有通孔,所述平衡板板体具有第一板面和第二板面,所述第一板面的中央开设有凹陷部;所述第一球缺体的中部开设有螺纹孔,所述第二球缺体的中部设有能够与所述螺纹孔配合连接的螺杆;所述第一球缺体和第二球缺体能够分别设置在第一板面的凹陷部和第二板面上,且所述第二球缺体的螺杆能够穿过所述通孔与所述第一球缺体的螺纹孔连接固定。本实用新型的平衡板,能够适应不同平衡能力的人群使用。



1. 一种平衡板,其特征在于,包括平衡板板体、第一球缺体和第二球缺体,
所述平衡板板体的中央开设有通孔,所述平衡板板体具有第一板面和第二板面,所述第一板面的中央开设有凹陷部;
所述第一球缺体的中部开设有螺纹孔,所述第二球缺体的中部设有能够与所述螺纹孔配合连接的螺杆;
- 所述第一球缺体和第二球缺体能够分别设置在第一板面的凹陷部和第二板面上,且所述第二球缺体的螺杆能够穿过所述通孔与所述第一球缺体的螺纹孔连接固定。
2. 如权利要求1所述的平衡板,其特征在于,所述第一球缺体和第二球缺体的高度不同。
3. 如权利要求2所述的平衡板,其特征在于,所述第一球缺体与第二球缺体的高度差大于所述凹陷部的深度。
4. 如权利要求1所述的平衡板,其特征在于,所述第一球缺体和第二球缺体能够相互连接形成球体。

平衡板

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种健身器材,特别涉及一种平衡板。

背景技术

[0002] 平衡板被广泛运用于孩子的发展、成人的运动训练、健身以及损伤后的康复。他们可以单独使用也可以和其他器材配合使用。通过使用平衡板,可以重点锻炼到下肢和腰腹部肌肉,提升其力量和柔韧性;同时改善和提高身体的平衡能力和协调能力以及肌肉的应变能力,从而提升了使用者的身体运动素质并能针对一些运动损伤起到康复训练的作用。

[0003] 现有的平衡板通常包括一个平衡板板体和固定在平衡板板体下的半圆形球体,比如中国专利文献CN203842255U公开的平衡板,这种平衡板采用单一固定的使用方式,使用难度只有一个难度,对于不同平衡能力的人,无法使用同一个平衡板,而且对于同一个人,根据其熟练程度,在使用一段时间后,该平衡板的难度已经无法达到要求,影响就需要更换。

实用新型内容

[0004] 为解决上述问题,本实用新型提供一种平衡板,能够满足不同平衡能力的人群使用。

[0005] 为实现上述目的,本实用新型的平衡板,包括平衡板板体、第一球缺体和第二球缺体,所述平衡板板体的中央开设有通孔,所述平衡板板体具有第一板面和第二板面,所述第一板面的中央开设有凹陷部;所述第一球缺体的中部开设有螺纹孔,所述第二球缺体的中部设有能够与所述螺纹孔配合连接的螺杆;所述第一球缺体和第二球缺体能够分别设置在第一板面的凹陷部和第二板面上,且所述第二球缺体的螺杆能够穿过所述通孔与所述第一球缺体的螺纹孔连接固定。

[0006] 优选地,所述第一球缺体和第二球缺体的高度不同。

[0007] 优选地,所述第一球缺体与第二球缺体的高度差大于所述凹陷部的深度。

[0008] 优选地,所述第一球缺体和第二球缺体能够相互连接形成球体。

[0009] 本实用新型的平衡板,能够适应不同平衡能力的人群使用,人们在经过初级平衡能力的锻炼后,可以将该平衡板自己组成更高平衡要求的形状进行锻炼。在工作活动休闲中不断提高自己身体平衡能力,达到健体强身的目的。

[0010] 采用本实用新型的平衡板进行锻炼,可以有效地提高人的平衡能力,矫正站立姿势,加强腰肌和腹部的锻炼,促使腿部以及脚腕的支撑旋转平衡能力的全面提高。本实用新型的平衡板适用于各个年龄层次的群体,男女均可活动。

附图说明

[0011] 参照附图,本实用新型的公开内容将更加显然。应当了解,这些附图仅是示意性的,未按比例绘制也并非意在限制本实用新型的范围。图中:

- [0012] 图1为本实用新型的平衡板的第一种实施方式的示意图；
[0013] 图2为平衡板板体的示意图；
[0014] 图3为第一球缺体的示意图；
[0015] 图4为第二球缺体的示意图；
[0016] 图5为第一球缺体和第二球缺体组装形成球体的示意图；
[0017] 图6为本实用新型的平衡板的第二种实施方式的示意图；
[0018] 图7为本实用新型的平衡板的第三种实施方式的示意图；
[0019] 图8为本实用新型的平衡板的第四种实施方式的示意图；
[0020] 图9为本实用新型的平衡板的第五种实施方式的示意图；
[0021] 图10为本实用新型的平衡板的第六种实施方式的示意图。

具体实施方式

[0022] 下面参照附图详细地说明本实用新型的具体实施方式。

[0023] 如图1~10所示,本实用新型的平衡板,包括平衡板板体10、第一球缺体21和第二球缺体22,所述平衡板板体10的中央开设有通孔14,所述平衡板板体10具有第一板面11和第二板面12,所述第一板面11的中央开设有凹陷部13;所述第一球缺体21的中部开设有螺纹孔211,所述第二球缺体22的中部设有能够与所述螺纹孔211配合连接的螺杆221;所述第一球缺体21和第二球缺体22能够分别设置在第一板面11的凹陷部13和第二板面12上,且所述第二球缺体22的螺杆221能够穿过所述通孔14与所述第一球缺体21的螺纹孔211连接固定。

[0024] 通过采用所述螺杆221与螺纹孔211的螺纹连接配合,方便拆卸与安装。

[0025] 所述第一球缺体21和第二球缺体22的高度不同。图1~10中的实施方式都是以第一球缺体21的高度大于第二球缺体22的高度为例进行说明。

[0026] 在图1的第一种实施方式中,第二球缺体22设置在第一板面11的凹陷部13,第一球缺体21设置在第二板面12上,所述第一球缺体21和第二球缺体22通过螺杆221与螺纹孔211连接,并夹持住所述平衡板板体10。此时,第一板面11朝下,第二板面12朝上,在地面上使用时,此时平衡板板体10距离地面的距离最小,因此在使用时的难度也最小。

[0027] 在图6的第二种实施方式中,第一球缺体21设置在第一板面11的凹陷部13,第二球缺体22设置在第二板面12上,所述第一球缺体21和第二球缺体22通过螺杆221与螺纹孔211连接,并夹持住所述平衡板板体10。此时,第一板面11朝上,第二板面12朝下,在地面上使用时,此时平衡板板体10距离地面的高度大于第一种实施方式的高度,因此在使用时的难度也比第一种实施方式大一些。

[0028] 在图7的第三种实施方式中,与第二种实施方式相比,区别只是将第一板面11朝下,第二板面12朝上,此时,如果第一球缺体21与第二球缺体22的高度差大于凹陷部13的深度,则此时平衡板板体10距离地面的高度大于第二种实施方式的高度,因此在使用时的难度也比第二种实施方式大一些。

[0029] 在图8的第四种实施方式中,与第一种实施方式相比,区别只是第一板面11朝上,第二板面12朝下,这时的平衡板板体10距离地面的高度大于第三种实施方式的高度,因此在使用时的难度也比第三种实施方式大一些。

[0030] 所述第一球缺体21和第二球缺体22能够相互连接形成球体20,如图5所示。在连成球体20后,可以和所述平衡板板体10配合使用,同时,球体20还可以作为单独器件进行地面的滚、抛活动,以锻炼人的腰腹力量和臂力。

[0031] 图9和图10为球体20与所述平衡板板体10两种实施方式。在图9的第五种实施方式中,第一板面11朝下,第二板面12朝上,球体20在凹陷部13中滚动,这时的平衡板板体10距离地面的高度大于第四种实施方式的高度,因此在使用时的难度也比第四种实施方式大一些。

[0032] 而在图10的第六种实施方式中,第一板面11朝上,第二板面12朝下,球体20与第二板面12接触。这时的平衡板板体10距离地面的高度大于第五种实施方式的高度,而且球体20也没有了凹陷部13的限制,因此在使用时的难度也比第五种实施方式大一些。

[0033] 上述第一种实施方式到第六种实施方式的难度逐渐增加,由低到高,能够适应不同平衡能力的人群使用,人们在经过初级平衡能力的锻炼后,可以将该平衡板自己组成更高平衡要求的形状进行锻炼。在工作活动休闲中不断提高自己身体平衡能力,达到健体强身的目的。

[0034] 所述第一球缺体21和第二球缺体22的材料可以采用尼龙、木、竹或塑料。所述平衡板板体10的材料可以采用木、竹、塑料板或尼龙,也可以采用夹板的形式。所述螺杆221的材料可以采用金属、尼龙、塑料等。

[0035] 所述平衡板板体10的形状可以根据需要来设计,在图1~10的实施方式中的平衡板板体10的形状为长方体形状。

[0036] 如上所述,参照附图对本实用新型的示例性具体实施方式进行了详细的说明。应当了解,本实用新型并非意在使这些具体细节来构成对本实用新型保护范围的限制。在不背离根据本实用新型的精神和范围的情况下,可对示例性具体实施方式的结构和特征进行等同或类似的改变,这些改变将也落在本实用新型所附的权利要求书所确定的保护范围内。

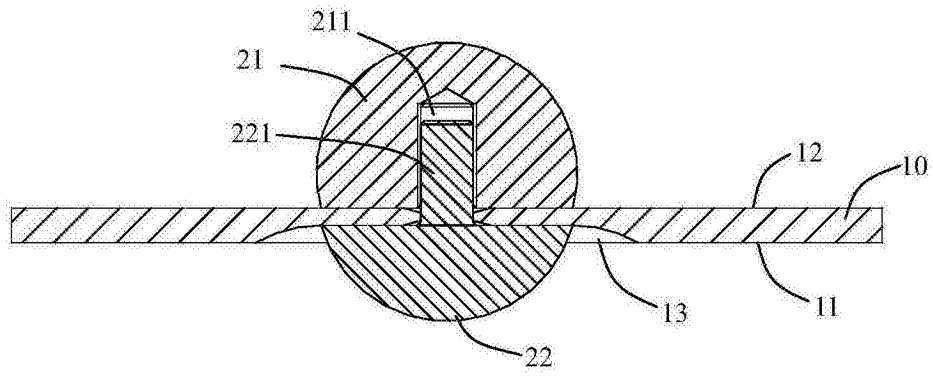


图1

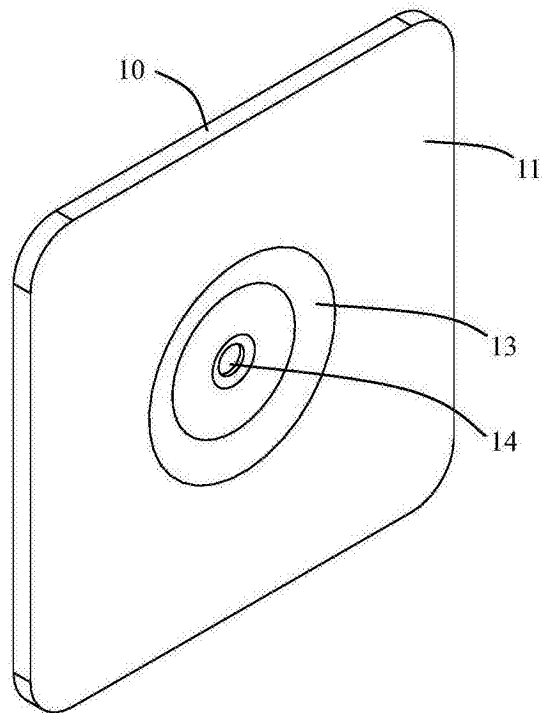


图2

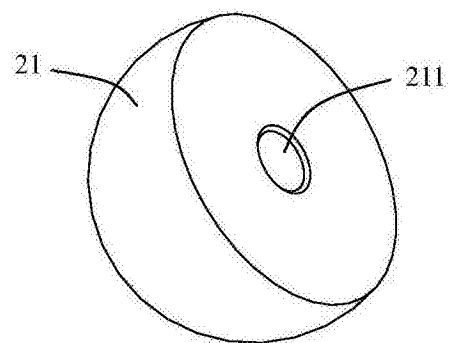


图3

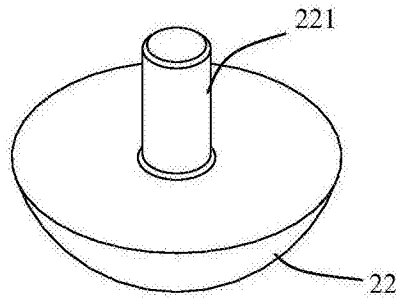


图4

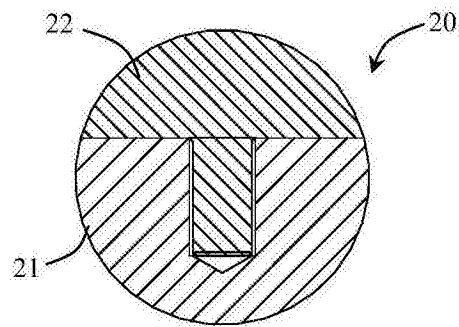


图5

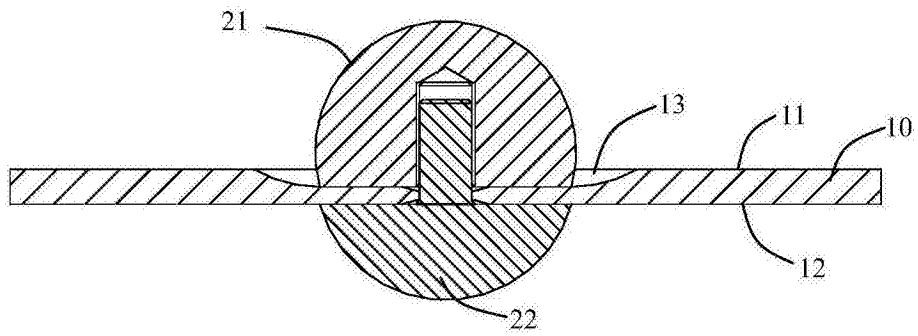


图6

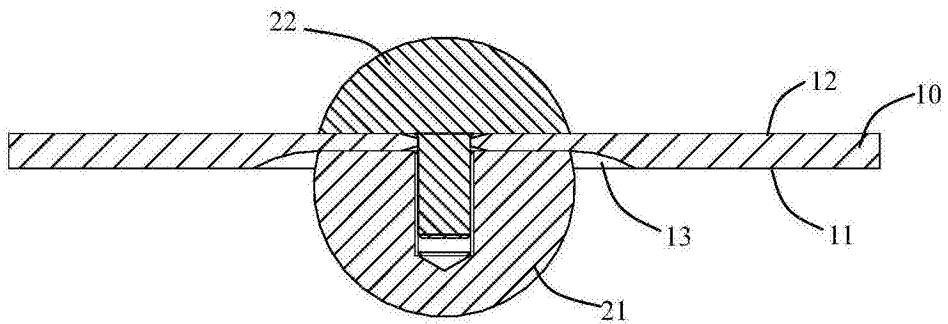


图7

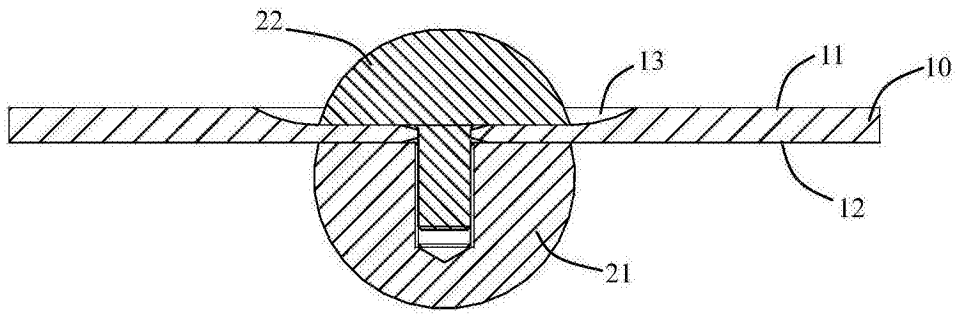


图8

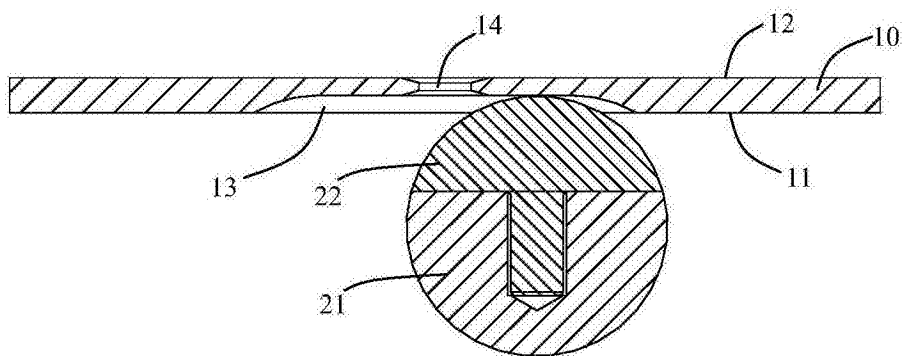


图9

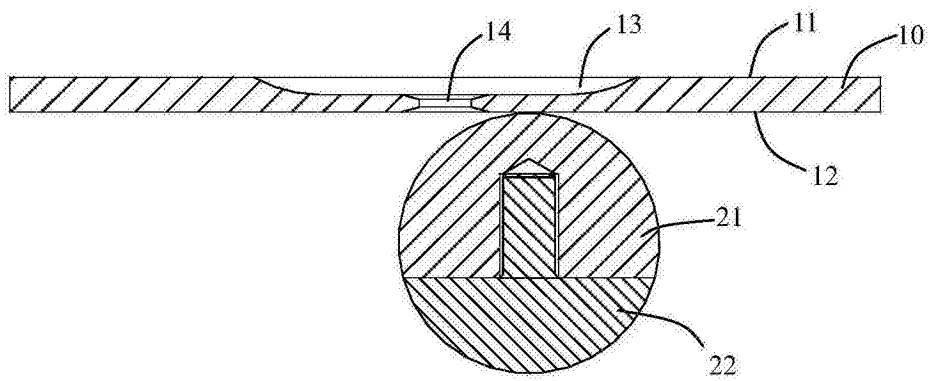


图10