

## (12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 102553172 A

(43) 申请公布日 2012. 07. 11

(21) 申请号 201010624076. 3

(22) 申请日 2010. 12. 31

(71) 申请人 山东理工大学

地址 255000 山东省淄博市高新技术产业开  
发区高创园 D 座 1012 室

(72) 发明人 邹勇 齐国强 刘卫 李丰祥

(51) Int. Cl.

A63B 23/12 (2006. 01)

A63B 21/072 (2006. 01)

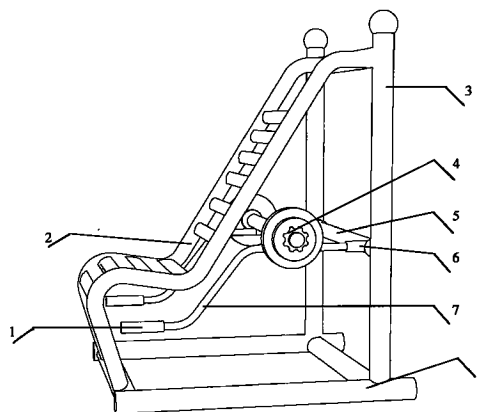
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

### (54) 发明名称

坐式双臂健肌器

### (57) 摘要

一种坐式双臂健肌器,属于运动训练器材领域。座椅(2)与支架(3)分别焊接在底座(8)两端,横柱(5)焊接在支架(3)中间位置,连接杆(7)前部焊握手柄(1)通过转轴(6)连接固定在横柱(5)的两端,杠铃(4)焊接在连接杆(7)上部。本发明结构简单,体积小、不受场地和时间限制搬运方便,容易操作,适用范围广泛,是学校及家庭必备的健身器械。



1. 坐式双臂健肌器,其特征在于:座椅(2)与支架(3)分别焊接在底座(8)两端。
2. 根据权利要求1所述的坐式双臂健肌器,其特征在于:横柱(5)焊接在支架(3)中间位置。
3. 根据权利要求1所述的坐式双臂健肌器,其特征在于:连接杆(7)前部焊接手柄(1)通过转轴(6)连接固定在横柱(5)的两端,杠铃(4)焊接在连接杆(7)上部。

## 坐式双臂健肌器

### 技术领域

[0001] 本发明涉及一种坐式双臂健肌器,属于运动训练器材领域。

### 技术背景

[0002] 现代社会生活方式给人类生存带来许多负面影响。当我们尽情享受现代文明的成果时,肥胖、心血管疾病以及心理压抑等“现代生活方式病”却悄然而至,严重影响着人类的健康。随着全民健身运动的开展,有许多人利用早晚进行体育锻炼,由于受到时间和场地的限制满足不了这种愿望。目前虽然有许多健身器材,但对于上肢锻炼的还比较少,该发明是一种利用短短的休息时间进行上肢锻炼,既可以节省时间,又可以起到锻炼身体的健身器材,以满足人们的生活要求。

[0003] 体育锻炼由于受场地器械的限制,有许多运动员在训练中经常发生受伤现象,重者瘫痪,轻者腰酸腿疼,给运动生涯带来许多不便。该坐式双臂健肌器创造后给运动员在训练中带来辅助的练习效果。也可以在家庭和办公娱乐场所使用,是学校及家庭必备的健身器械。

### 发明内容

[0004] 根据以上现有技术中的不足,本发明要解决的技术问题是:提供一种结构简单,操作实用,不受场地和时间限制的坐式双臂健肌器。

[0005] 本发明解决其技术问题所采用的技术方案是:该坐式双臂健肌器,其特征在于:包括手柄、座椅、支架、杠铃、横柱、转轴、连接杆、底座,座椅与支架分别焊接在底座两端,横柱焊接在支架中间位置,连接杆前部焊接手柄通过转轴连接固定在横柱的两端,杠铃焊接在连接杆上部。

[0006] 使用时,人坐在座椅上,双手握住手柄,用力向上将杠铃抬起,通过往返上下交替运动以增强上肢肌肉的力量。

[0007] 与现有技术相比,本发明所具有的有益效果是:通过人坐在座椅上,安全系数较大,不易发生伤害事故。该坐式双臂健肌器可加快上肢各部位血液循环,提高锻炼身体的功能,对关节疼痛患者恢复具有辅助治疗作用。本发明结构简单,体积小、不受场地和时间限制,搬运方便,容易操作,比较适用于青少年、中老年、广大体育锻炼和专业体育运动员使用以及有关疾病的辅助治疗。

### 附图说明

[0008] 图1是本发明坐式双臂健肌器的最佳实例,其中:1手柄 2座椅 3支架 4杠铃 5横柱 6转轴 7连接杆 8底座

### 具体实施方式

[0009] 下面结合附图对本发明坐式双臂健肌器作进一步说明:

[0010] 如图所示：坐式双臂健肌器，其特征在于：座椅 2 与支架 3 分别焊接在底座 8 两端，横柱 5 焊接在支架 3 中间位置，连接杆 7 前部焊接手柄 1 通过转轴 6 连接固定在横柱 5 的两端，杠铃 4 焊接在连接杆 7 上部。

[0011] 使用时，人坐在座椅上，双手握住手柄，用力向上将杠铃抬起，通过往返上下交替运动以增强上肢肌肉的力量。

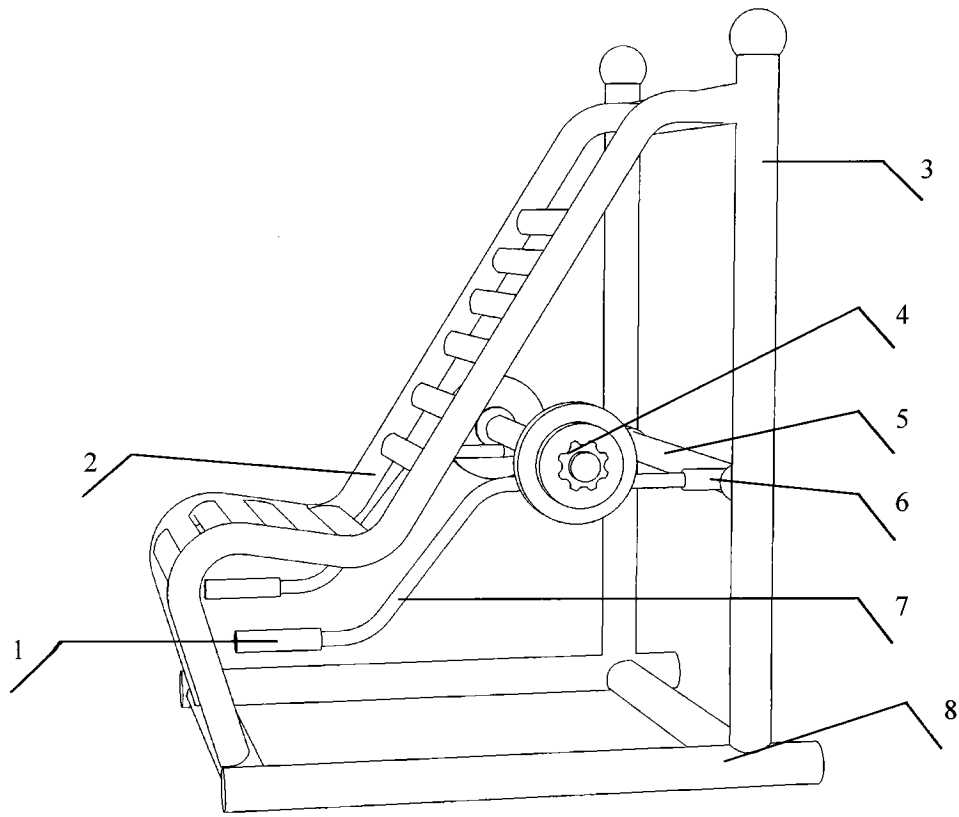


图 1