



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 203458753 U

(45) 授权公告日 2014. 03. 05

(21) 申请号 201320536672. 5

(22) 申请日 2013. 08. 31

(73) 专利权人 山西澳瑞特健康产业股份有限公司

地址 046000 山西省长治市郊区漳泽新型工业园健康路 1 号

(72) 发明人 薛安虎 申伟伟 王江丽

(74) 专利代理机构 太原高欣科创专利代理事务所 (普通合伙) 14109

代理人 连慧敏

(51) Int. Cl.

A63B 23/12 (2006. 01)

A63B 23/02 (2006. 01)

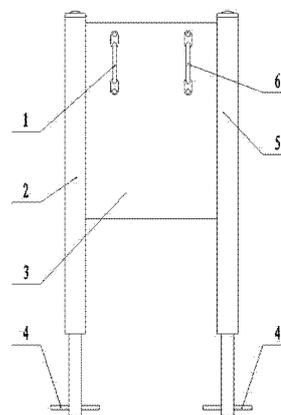
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

(54) 实用新型名称

一种上肢及背伸练习器

(57) 摘要

本实用新型一种上肢及背伸练习器,属于健身器械技术领域;所要解决的技术问题为提供一种用于保持背部伸直状态的锻炼康复练习装置;为了解决上述技术问题,本实用新型采用的技术方案为:一种上肢及背伸练习器,包括背板、第一立柱、第二立柱、第一把手和第二把手,所述第一立柱和第二立柱均竖直固定在地面上,第一立柱和第二立柱之间固定设置有背板,背板一侧的相同高度上竖直平行安装有第一把手和第二把手;本装置通过锻炼者自行上肢牵引来矫正背部弯曲,保持背部挺直,具有适合大众使用、锻炼效果容易保持、安全性高等优点。



1. 一种上肢及背伸练习器,其特征在于,包括背板(3)、第一立柱(2)、第二立柱(5)、第一把手(1)和第二把手(6),所述第一立柱(2)和第二立柱(5)均竖直固定在地面上,第一立柱(2)和第二立柱(5)之间固定设置有背板(3),背板(3)一侧的相同高度上竖直平行安装有第一把手(1)和第二把手(6)。

2. 根据权利要求1所述的一种上肢及背伸练习器,其特征在于,所述第一立柱(2)和第二立柱(5)的下部均固定设置有多根横杆(4),且所述多根横杆(4)位于地面以下,使固定牢固。

3. 根据权利要求1或2所述的一种上肢及背伸练习器,其特征在于,所述第一把手(1)与第二把手(6)的间距为35-70cm。

4. 根据权利要求1或2所述的一种上肢及背伸练习器,其特征在于,所述第一把手(1)与第二把手(6)距地面的高度为180-220cm。

一种上肢及背伸练习器

技术领域

[0001] 本实用新型一种上肢及背伸练习器,属于健身器械技术领域。

背景技术

[0002] 人的健康已经成为一个社会问题,现在人的健康状况备受人们关注,人们也会通过一些运动来维持自己的身体健康,但是如今人们的生活节奏都很快,锻炼时间有限,而且,目前市场上没有专门用于进行背部伸直状态矫正及锻炼的器材,常见一般是利用肋木进行背部伸直的牵拉运动,但因肋木没有一个平整的支撑平面,锻炼及矫正质量不宜保持,容易造成偏差,另一种是通过专门人员一对一的矫正拉伸练习,存在成本高、费工费力的问题。

实用新型内容

[0003] 本实用新型克服现有技术存在的不足,所要解决的技术问题为提供一种用于保持背部伸直状态的锻炼康复练习装置。

[0004] 为了解决上述技术问题,本实用新型采用的技术方案为:一种上肢及背伸练习器,包括背板、第一立柱、第二立柱、第一把手和第二把手,所述第一立柱和第二立柱均竖直固定在地面上,第一立柱和第二立柱之间固定设置有背板,背板一侧的相同高度上竖直平行安装有第一把手和第二把手。

[0005] 所述第一立柱和第二立柱的下部均固定设置有多根横杆,且所述多根横杆位于地面以下,使固定牢固。

[0006] 所述第一把手与第二把手的间距为 35-70cm。

[0007] 所述第一把手与第二把手距地面的高度为 180-220cm。

[0008] 本实用新型与现有技术相比具有以下有益效果。

[0009] 本实用新型的两立柱之间支撑有一个背板,所述背板作为矫正背部的靠板,在背板上方设置两个基本与肩同宽的手拉手,锻炼时,操作者后背紧贴在平整的背板上,双手抬起向后伸展抓住两个扶手,通过上肢的牵引和平整背板的支撑,使脊柱自动保持一种最佳的伸直状态,整个上半身都处于一种用力状态,促进背部的伸展,反复进行此项动作,可增强胸部、背部和腹部肌肉力量,促进背部挺直,减少腰肌劳损。对于背部矫正、改善身体的平衡能力和保持体形方面都具有较好的专业锻炼效果,另外,本装置设置在室外公共环境中,具有适合大众使用、锻炼效果容易保持、安全性高等优点。

附图说明

[0010] 下面结合附图对本实用新型做进一步详细的说明。

[0011] 图 1 为本实用新型的主视图。

[0012] 图 2 为本实用新型的侧视图。

[0013] 图中:1 为第一把手,2 为第一立柱,3 为背板,4 为横杆,5 为第二立柱,6 为第二把

手。

具体实施方式

[0014] 一种上肢及背伸练习器,包括背板3、第一立柱2、第二立柱5、第一把手1和第二把手6,所述第一立柱2和第二立柱5均竖直固定在地面上,第一立柱2和第二立柱5之间固定设置有背板3,背板3一侧的相同高度上竖直平行安装有第一把手1和第二把手6。

[0015] 所述第一立柱2和第二立柱5的下部均固定设置有多根横杆4,且所述多根横杆4位于地面以下,使固定牢固。

[0016] 所述第一把手1与第二把手6的间距为35-70cm。

[0017] 所述第一把手1与第二把手6距地面的高度为180-220cm。

[0018] 现在结合附图对本发明作进一步详细的说明,附图均为简化的示意图,仅以示意方式说明本发明的基本结构,因此其仅显示与本发明有关的构成。

[0019] 本实用新型的两立柱之间支撑有一个背板,所述背板作为矫正背部的靠板,在背板上方设置两个基本与肩同宽的手拉手,锻炼时,操作者后背紧贴在平整的背板上,双手抬起向后伸展抓住两个扶手,通过上肢的牵引和平整背板的支撑,使脊柱自动保持一种最佳的伸直状态,整个上半身都处于一种用力状态,促进背部的伸展,反复进行此项动作,可增强胸部、背部、腹部肌肉力量,促进背部挺直,减少腰肌劳损。对于背部矫正、改善身体的平衡能力和保持体形方面都具有较好的专业锻炼效果。

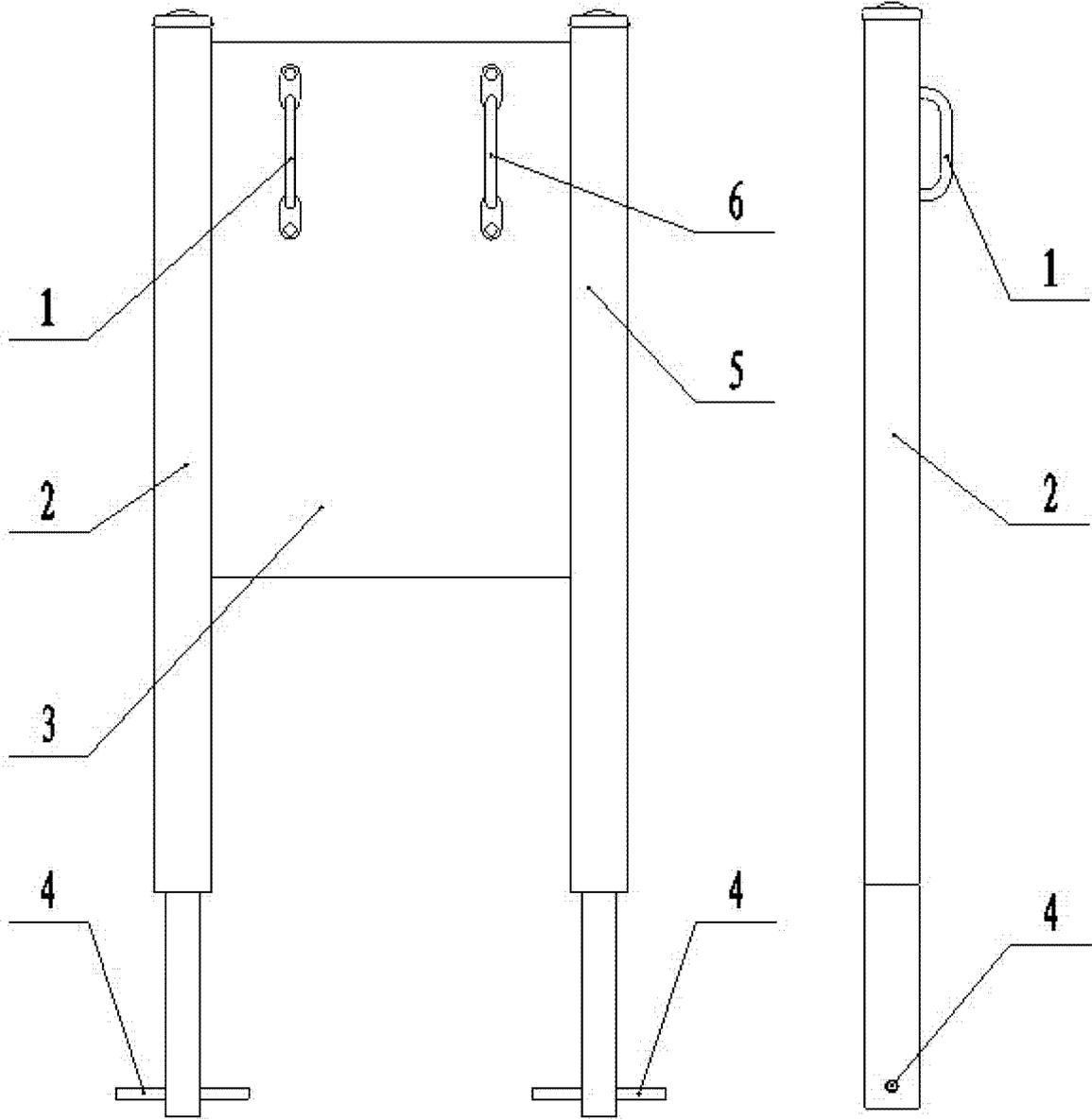


图 1

图 2