[19]中华人民共和国专利局

[11] 授权公告号 CN 2178545Y

[12] 实用新型专利说明书

[21] ZL 专利号 93224271.5

[51]Int.Cl[5]

A63B 17/00

[45]授权公告日 1994 年 10 月 5 日

[22]申请日 93.9.16 [24]颁证日 94.9.14

[21]申请号 93224271.5

[73]专利权人 刘 强

地址 100085北京市海淀区西三旗31号

共同专利权人 张佩范

[72]设计人 刘 强

[74]专利代理机构 小松专利事务所

代理人 张耀光

A63B 23/00

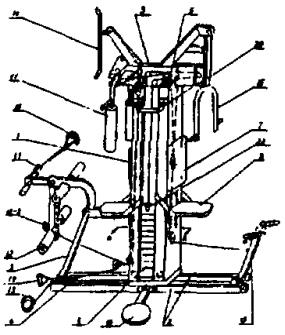
说明书页数: 附图页数:

[54]实用新型名称 家用多功能综合健身器

[57]摘要

家用多功能综合健身器属于人体特定部位的训练装置。它由主体框架、底座、上框、钢丝绳、滑轮、配重片和 11 种训练器组成，包括原有的下拉训练器、坐平推训练器、扩胸训练器、小腿屈伸训练器、立拉训练器、腿伸展训练器及新增加的颈部训练器、小臂屈伸训练器、腰部旋转训练器，坐蹬训练器和收腹举腿训练器。采用主体框架作为配重片的定位滑道。

本实用新型结构新颖、占地小、功能全，具有 25 种健身功能，是一个理想的家用健身器。



权利要求书

1、一种家用多功能综合健身器，它由主体框架(1)、底座(2)、 上框(3)、钢丝绳(4)、滑轮(5)、配重片(6)、靠垫(7)、坐垫(8)、斜梁(9)、下拉训练器(10)、扩胸训练器(11)、小腿屈伸训练器(12)、腿伸展训练器(13)、立拉训练器(14)、坐推训练器(15)组成，其特征在于还包括颈部训练器(16)、小臂屈伸训练器(17)、腰部旋转训练器(18)、坐蹬训练器(19)，收腹举腿训练器(20)，其中：

颈部训练器(16)由头套(16－1)、钢丝夹(16－2)组成，纲丝夹与横杆(17－3)连接；

小臂屈伸训练器(17)由手把(17－1)、调节螺母(17－2)、横杆(17－3)、轴(17－4)、支杆(17－5)组成，横杆与立杆通过轴连成一体，立杆的一端设有钢丝夹(17－6)，它与钢丝绳(4－2)连接；

腰部旋转训练器(18)由直杆(18－1)、转盘(18－2)组成，其中直杆一端设有锁套(18－3)，锁套固定在底架上， 直杆的另一端通过中心轴与转盘连接，转盘可以转动；

收腹举腿训练器(20)是一把手，固定在左、右护板上；

坐蹬训练器(19)由脚蹬板(19－1)、调节螺母(19－2)、联杆(19－3)、钢丝夹(19－4)、活动梁(19－5)组成，其中活动梁中间开有3～5个调节孔，通过调节螺母将联杆固定在活动梁上，活动梁下端设有锁套(19－6)， 锁套固定在底架上，联杆的两侧各焊有脚蹬板。

2、按权利要求1所述的家用多功能综合健身器，其特征在于主体框架(1)由左、右两块护板组成，兼作配重片定位滑道，配重片(6)与主体框架采用四角定位，在配重片的四角设有镶角(6－1)，配重片之间插有定位销(6－2)。

3、按权利要求1所述的家用多功能综合健身器，其特征在于钢丝绳(4－1)一端固定于坐蹬训练器活动梁的钢丝夹(19－4)上，经定滑轮(5－1)、动滑轮(5－2)、定滑轮(5－3)、(5－4)，动滑轮(5－5)、定滑轮(5－6)拴于动滑轮(5－7)的吊杆(21)上；

钢丝绳(4－2)一端固定于立拉训练器(13)的把手(22)上，经动滑轮(5－7)拴于小臂屈伸训练器(17)的钢丝夹(17－6)上；

钢丝绳(4－3)一端固定于配重片上的牵引杆(23)上，经定滑轮(5－8)、动滑轮(5－9)、定滑轮(5－10)、动滑轮(5－5)、定滑轮(5－11)、(5－12)，拴于下拉训练器(10)上；

钢丝绳(4－4)一端固定于扩胸训练器的拉手(11－1)上，经定滑轮(5－13)、动滑轮(5－2)、定滑轮(5－14)拴于扩胸训练器的另一拉手(11-2)上。

4、按权利要求1所述的家用多功能综合健身器，其特征在于配重片外还包有橡胶减震垫。

说　明　书

家用多功能综合健身器

本实用新型涉及一种适合于人体特定部位的训练装置，是一种多功能体育健身运动装置。

随着人们生活水平的提高，健身运动器械开始步入家庭。现有的家用健身器械功能单一，如拉力器、健身车、划船器、跑步机等，它不能满足人们对健美健身运动器械的需求。目前多功能健身运动器械，如CN205959U“综合多功能健身训练装置”它可供十一人同时训练，体积大、 不适家用。国外的家用健身运动装置(参见图2)，它是一种6功能健身器械，含有下拉训练器(10)、扩胸训练器(11)、小腿屈伸训练器(12)，腿伸展训练器(13)、立拉训练器(14)、坐平推训练器(15)，是一种多功能健身运动器械。它不能对人身八块肌肉进行全面训练。

本发明的目的是提供一种家用多功能综合健身器，它在家用健身运动装置的基础上增加颈部训练器、小臂屈伸训练器、腰部旋转训练器、坐蹬训练器和收腹举腿训练器等5种训练装置， 可对人体主要的八块肌肉进行全面训练。

下面结合附图及实施例对本实用新型进行描述：

图1　本实用新型结构图。

图2　现有“家用健身运动装置”结构图。

图3　坐蹬训练器结构示意图。

图4　小臂屈伸训练器、颈部训练器结构示意图。

图5　腰部旋转结构示意图。

图6　本实用新型钢丝绳走线示意图。

图7　本实用新型A－A部分配重片固定和导向结构示意图。

本实用新型是这样实现的。参见图1，一种家用多功能综合健身器，它由主体框架(1)、底座(2)、上框(3)、钢丝绳(4)、滑轮(5)、配重片(6)、靠垫(7)、坐垫(8)、斜梁(9)、下拉训练器(10)、扩胸训练器(11)、小腿屈伸训练器(12)、腿伸展训练器(13)、立拉训练器(14)、坐推训练器(15)组成，其特征在于还包括颈部训练器(16)、小臂屈伸训练器(17)、腰部旋转训练器(18)、坐蹬训练器(19)，收腹举腿训练器(20)，其中：

参见图4，颈部训练器(16)由头套(16－1)、钢丝夹(16－2)组成，钢丝夹与横杆(17－3)连接；

参见图4，小臂屈伸训练器(17)由手把(17－1)、调节螺母(17－2)、横杆(17－3)、轴(17－4)、支杆(17－5)组成，横杆与立杆通过轴连成一体，立杆的一端设有钢丝夹(17－6)，它与钢丝绳(4－2)连接；

参见图5，腰部旋转训练器(18)由直杆(18－1)、转盘(18－2)组成，其中直杆一端设有锁套(18－3)，锁套固定在底架上，直杆的另一端通过中心轴与转盘连接，转盘可以转动；

参见图1，收腹举腿训练器(20)是一把手，固定在左、右护板上；

参见图3，坐蹬训练器(19)由脚蹬板(19－1)、调节螺母(19－2)、联杆(19－3)、钢丝夹(19－4)、活动梁(19－5)组成，其中活动梁中间开有3～5个调节孔，通过调节螺母将联杆固定在活动梁上，活动梁下端设有锁套(19－6)，锁套固定在底架上，联杆的两侧各焊有脚蹬板。

参见图7，主体框架(1)由左、右两块护板组成，兼作配重片定位滑道，配重片(6)与主体框架采用四角定位，在配重片的四角设有镶角(6－1)，配重片之间插有定位销(6－2)。在配重片外还包有橡胶减震垫。现有的健身器械的配片片用两根滑道杆定位方式，本实用新型采用主体框架作配重片的定位滑道。

本实用新型采用四根钢丝绳组合，通过滑轮将配重片与各训练器连接起来，使得各种训练器共用一组配重片。

参见图6，钢丝绳与各训练器的连接采用4根钢丝绳与滑轮结构，其中：

钢丝绳(4－1)一端固定于坐蹬训练器活动梁的钢丝夹(19－4)上，经定滑轮(5－1)、动滑轮(5－2)、定滑轮(5－3)、(5－4)，动滑轮(5－5)、定滑轮(5－6)拴于动滑轮(5－7)的吊杆(21)上；

钢丝绳(4－2)一端固定于立拉训练器(13)的把手(22)上，经动滑轮(5－7)拴于小臂屈伸训练器(17)的钢丝夹(17－6)上；

钢丝绳(4－3)一端固定于配重片上的牵引杆(23)上，经定滑轮(5－8)、动滑轮(5－9)、定滑轮(5－10)、动滑轮(5－5)、定滑轮(5－11)、(5－12)，拴于下拉训练器(10)上；

钢丝绳(4－4)一端固定于扩胸训练器的拉手(11－1)上，经定滑轮(5－13)、动滑轮(5－2)、定滑轮(5－14)拴于扩胸训练器的另一拉手(11-2)上。

下面就新增设的训练器使用要点进行说明：

颈部训练，人坐在坐垫上，将头套套在头上，头部前倾、后仰进行颈部训练；

小臂屈伸训练，人坐在坐垫上，背靠靠垫，双手握住手把反复拉、放进行小臂肌肉训练；

腰部训练，人站在转盘上，手扶收腹举腿训练器把手，左、右转动腰部进行训练；

坐蹬训练，人坐在坐垫上，背靠靠垫，将双脚放在脚蹬上，脚反复蹬踏脚蹬板，达到下肢练习功能。

本家用多功能综合健身器优点在于结构新颖，集11种训练器组合而成，占地小、功能全，是一个理想的家庭健身器。

说 明 书 附 图

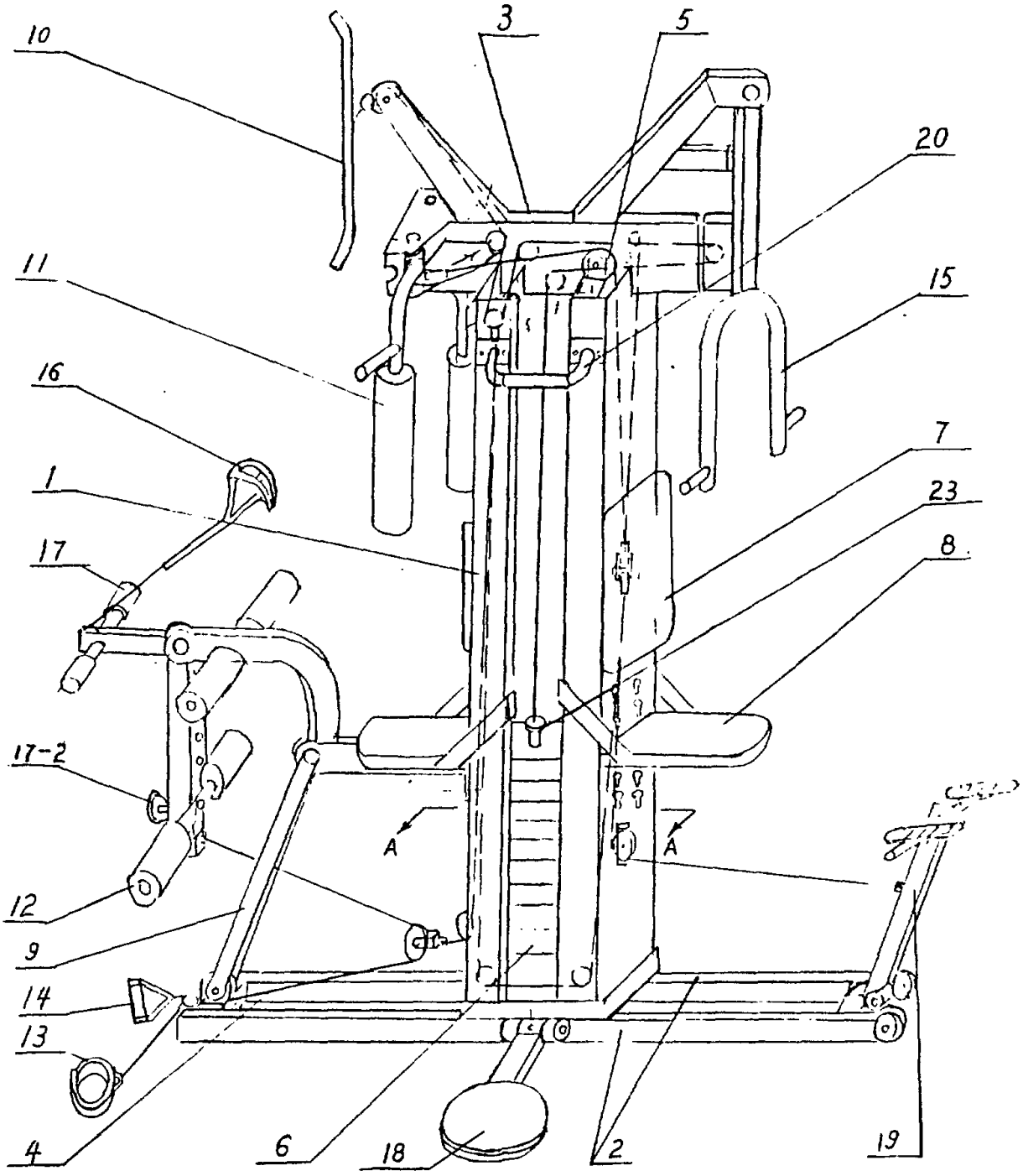


图 1

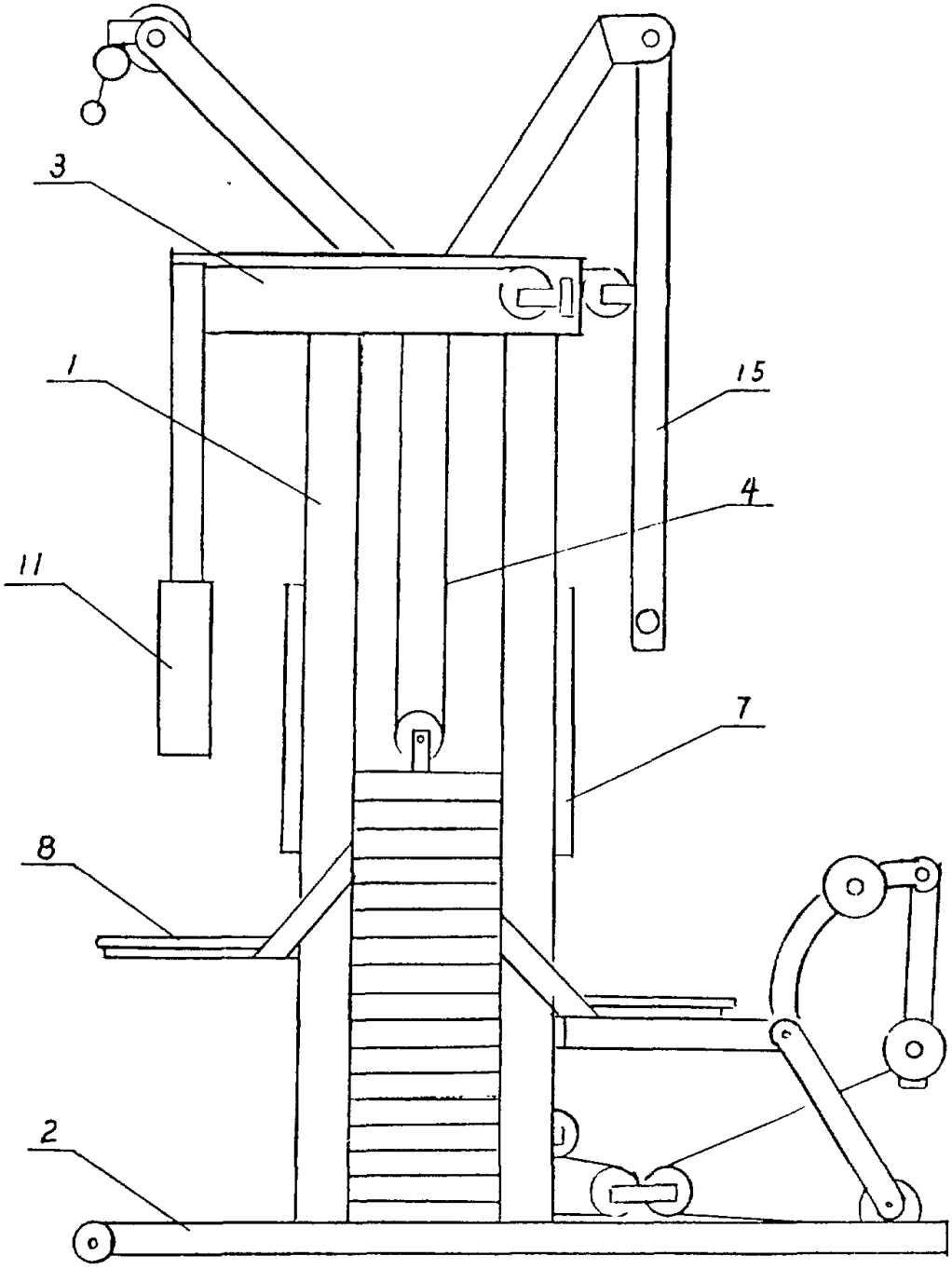


图 2

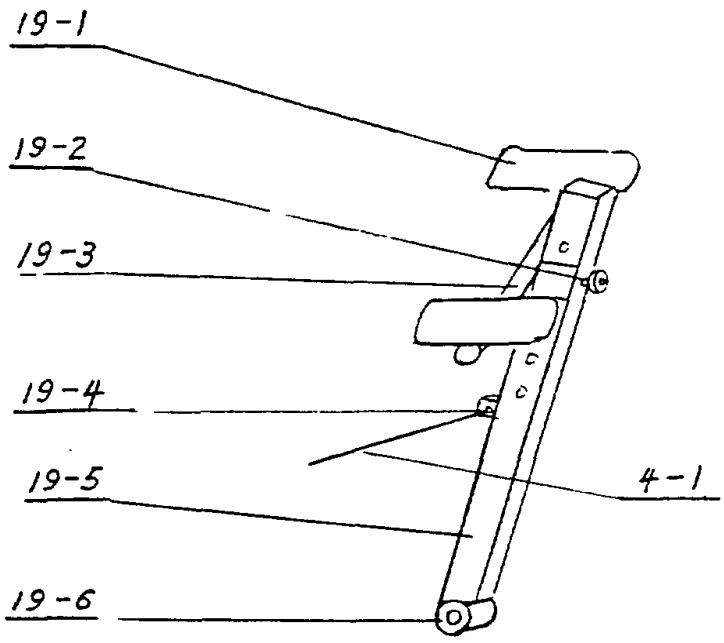


图 3

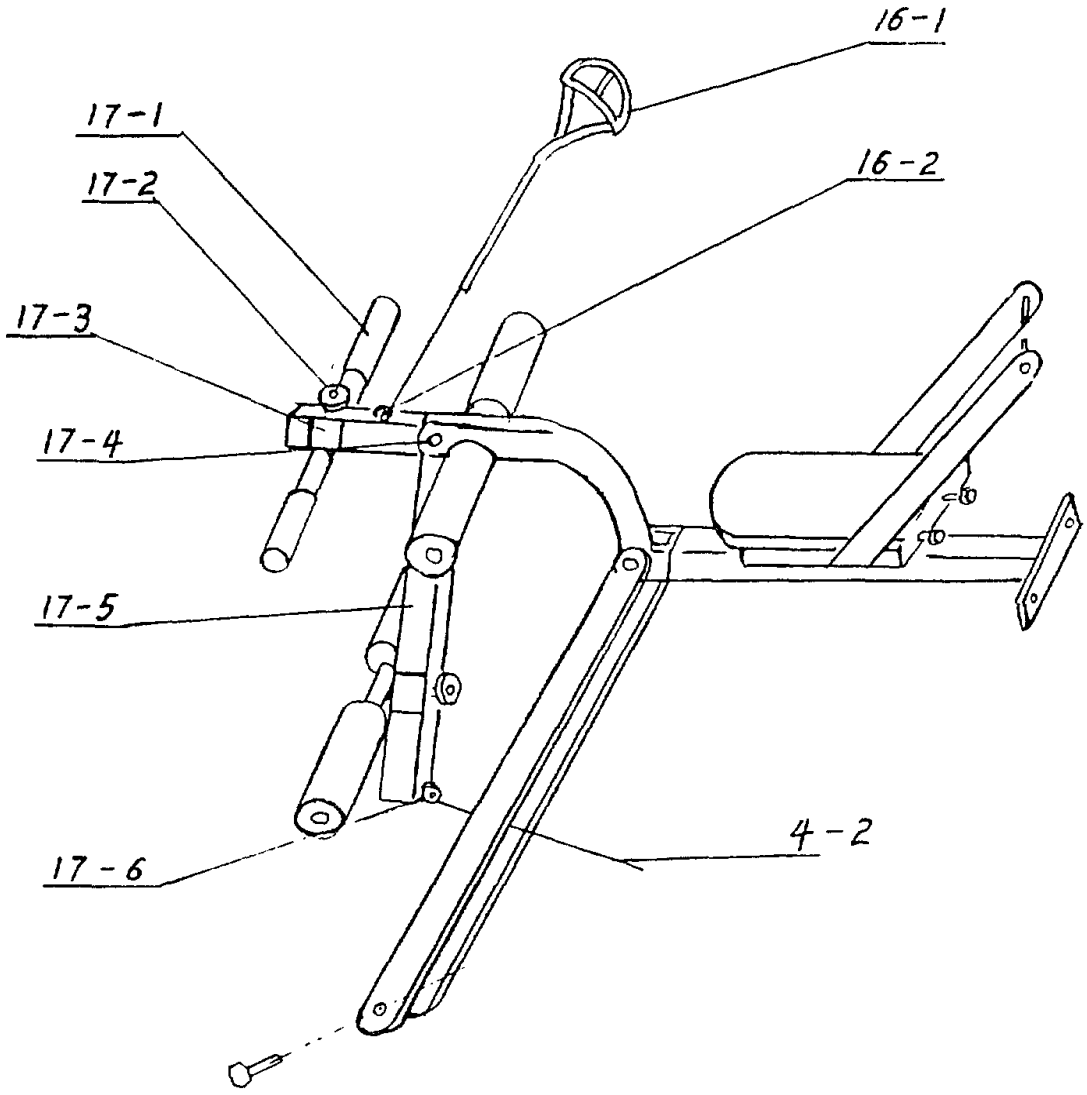


图 4

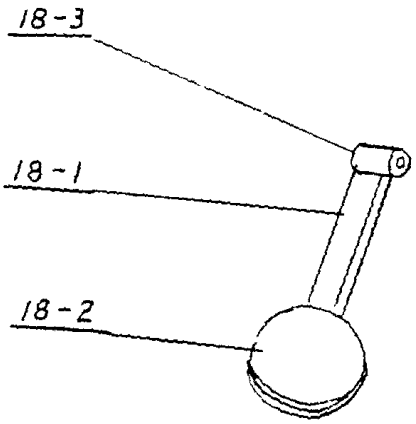


图 5

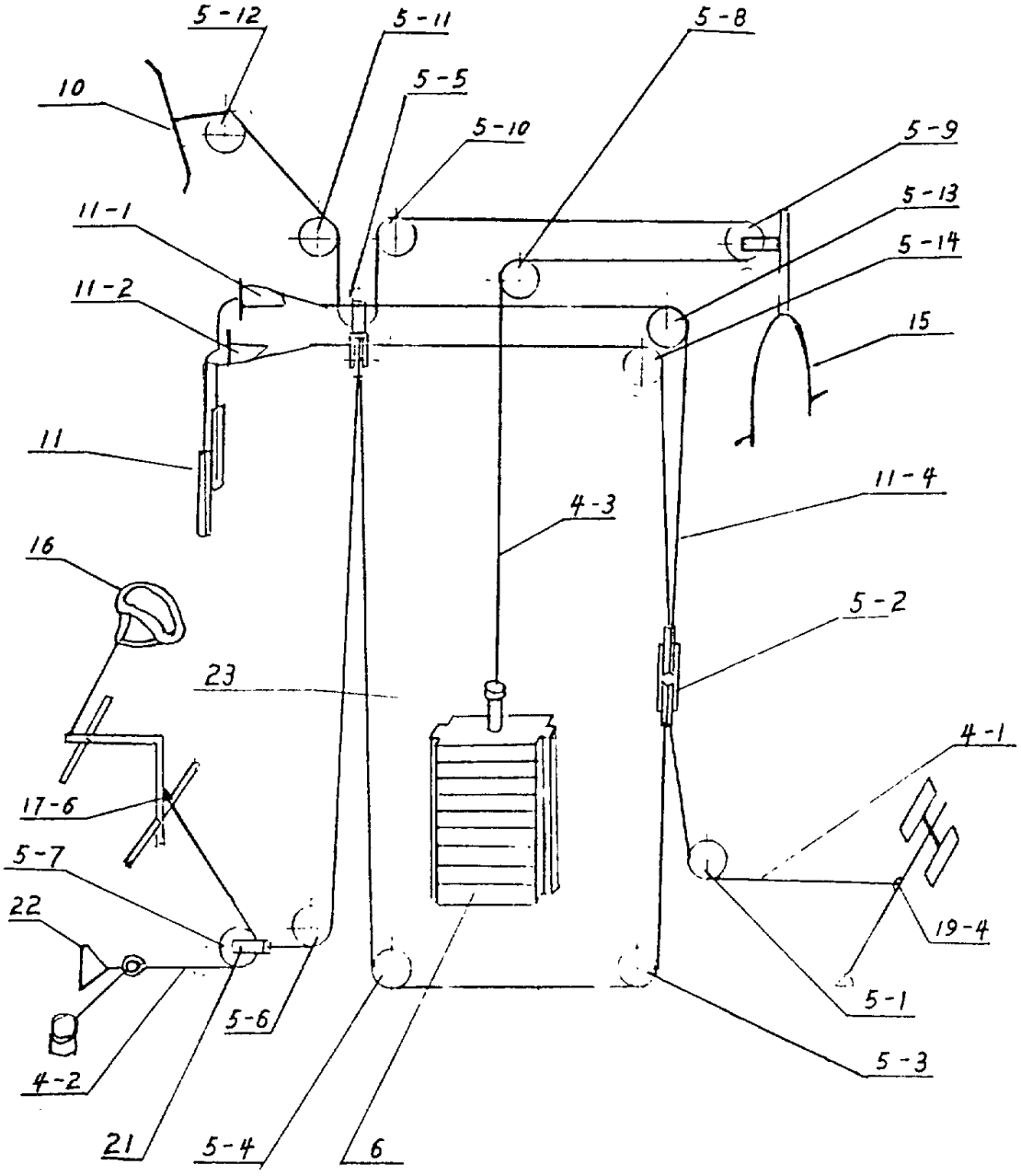

5-12
5-11
5-8
10
5-5
5-10
5-9
5-13
11-1
5-14
11-2
15
11
11-4
4-3
16
5-2
23
4-1
17-6
5-7
22
19-4
5-1
5-6
5-3
4-2
21
5-4
6

图 6

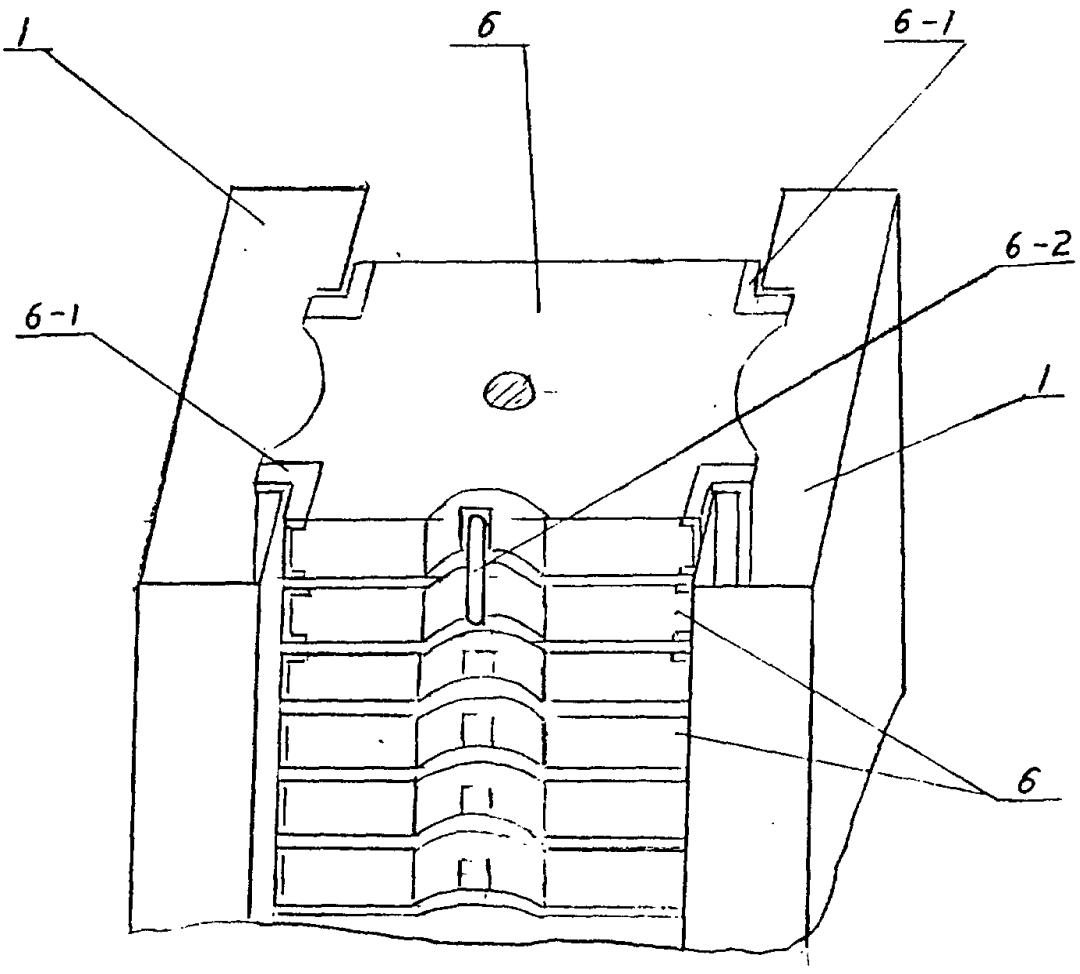


图 7