

(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 102553139 A

(43) 申请公布日 2012. 07. 11

(21) 申请号 201010624016. 1

(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 22/00 (2006. 01)

A63B 21/02 (2006. 01)

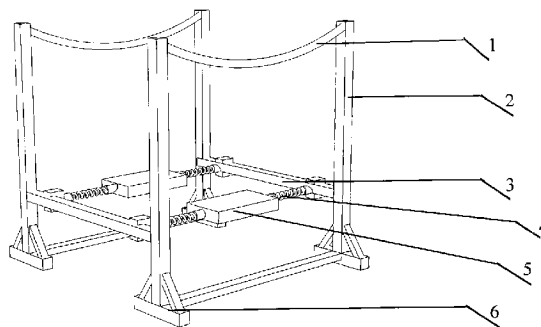
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

(54) 发明名称

弹簧健肌器

(57) 摘要

一种弹簧健肌器,属于运动训练器材领域。支架(2)固定在底座(6)上,扶手杆(1)安装在支架(2)的左右两侧,弹簧(4)连接脚踏板(5)固定在横柱(3)上。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. 弹簧健肌器,其特征在于:支架(2)固定在底座(6)上。
2. 根据权利要求1所述的弹簧健肌器,其特征在于:扶手杆(1)安装在支架(2)的左右两侧。
3. 根据权利要求1所述的弹簧健肌器,其特征在于:弹簧(4)连接脚踏板(5)固定在横柱(3)上。

弹簧健肌器

技术领域

[0001] 本发明涉及一种弹簧健肌器,属于运动训练器材领域。

技术背景

[0002] 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。各种各样健身器材的出现,为希望通过锻炼得到健康的人们带来了许多便利。目前虽然有许多健身器材,但对于腿部锻炼的还比较少。该发明是一种利用短短的休息时间进行腿部锻炼,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。该弹簧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弹簧健肌器。

[0005] 本发明解决其技术问题所采用的技术方案是:该弹簧健肌器,其特征在于:包括扶手架、支架、横柱、弹簧、脚踏板、底座,支架固定在底座上,扶手杆安装在支架的左右两侧,弹簧连接脚踏板固定在横柱上。

[0006] 使用时,人双手扶住扶手架,双脚踩在脚踏板上,双脚用力下压脚踏板,让弹簧伸张和收缩,通过往返上下交替运动以增强下肢肌肉的力量。可有效地锻炼下肢肌肉群力量。

[0007] 与现有技术相比,本发明所具有的有益效果是:人双手扶住扶手架,双脚踩在脚踏板上,安全系数较大,不易发生伤害事故。该弹簧健肌器使全脚产生压力,加大脚部肌肉群的落地力量,加快腰腿部和脚底各部位血液循环,使腰部、脚部和腿部肌肉加强,提高锻炼身体的功能,对关节疼痛、腿疼患者恢复具有辅助治疗作用。可有效地锻炼下肢肌肉群力量,能缓解下肢酸痛症状。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是本发明弹簧健肌器的最佳实例,其中:(1)扶手架(2)支架(3)横柱(4)弹簧(5)脚踏板(6)底座

具体实施方式

[0009] 下面结合附图对本发明弹簧健肌器作进一步说明:

[0010] 如图所示:弹簧健肌器,支架2固定在底座6上,扶手杆1安装在支架2的左右两

侧,弹簧 4 连接脚踏板 5 固定在横柱 3 上。

[0011] 使用时,人双手扶住扶手架,双脚踩在脚踏板上,双脚用力下压脚踏板,让弹簧伸张和收缩,通过往返上下交替运动以增强下肢肌肉的力量。可有效地锻炼下肢肌肉群力量。

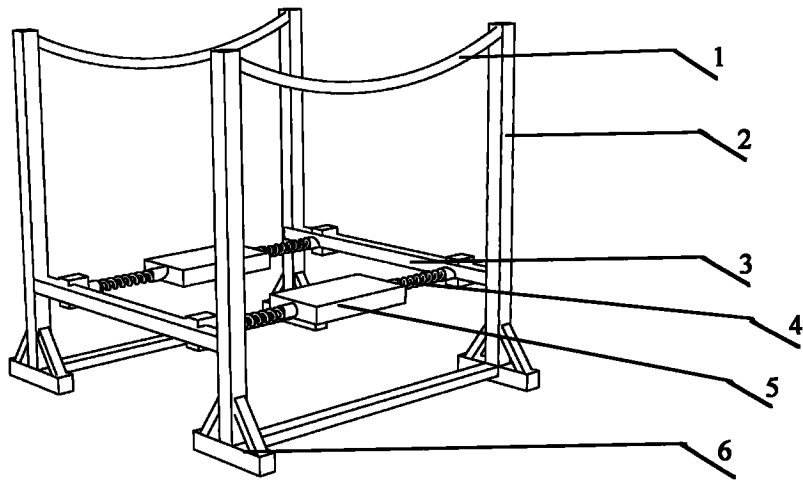


图 1