(19)中华人民共和国国家知识产权局

(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 102553165 A
(43)申请公布日 2012.07.11

(21)申请号 201010624112.6

(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 23/04(2006.01)
A63B 21/02(2006.01)

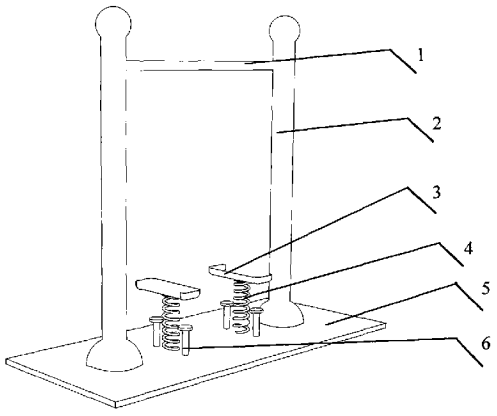
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

(54)发明名称

脚踏弹性健肌器

(57)摘要

一种脚踏弹性健肌器，属于运动训练器材领域。支架 (2) 上端焊接扶手架 (1)，下端焊接在底座 (5) 上，弹簧 (4) 下端固定在底座 (5) 上，上端焊接踩脚板 (3)，弹簧 (4) 前后安装缓冲垫 (6)。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。



CN 102553165 A

1. 脚踏弹性健肌器，其特征在于：支架 (2) 上端焊接扶手架 (1)，下端焊接在底座 (5) 上。

2. 根据权利要求 1 所述的脚踏弹性健肌器，其特征在于：弹簧 (4) 下端固定在底座 (5) 上，上端焊接踩脚板 (3)，弹簧 (4) 前后安装缓冲垫 (6)。

脚踏弹性健肌器

技术领域

[0001] 本发明涉及一种脚踏弹性健肌器，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，但对于下肢锻炼的还比较少。该发明是一种利用短短的休息时间进行下肢锻炼，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。该脚踏弹性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脚踏弹性健肌器。

[0005] 本发明解决其技术问题所采用的技术方案是：该脚踏弹性健肌器，其特征在于：包括扶手架、支架、踩脚板、弹簧、底座、缓冲垫，支架上端焊接扶手架，下端焊接在底座上，弹簧下端固定在底座上，上端焊接踩脚板，弹簧前后安装缓冲垫。

[0006] 使用时，人双手扶住扶手架，双脚踩在踩脚板上，利用双腿和脚部力量向下压弹簧，使弹簧伸张和收缩，通过上下往返交替运动以达到增强下肢力量的目的。

[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，双脚踩在踩脚板上，安全系数较大，不易发生伤害事故。该脚踏弹性健肌器充分利用弹簧的力学原理，使弹簧收缩与伸张均匀，人体下肢肌肉力量有多大，伸张压力就有多大，使全脚产生压力，加大脚部肌肉群的落地力量，加快腿部和脚底各部位血液循环，使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 是本发明脚踏弹性健肌器的最佳实例，其中：(1) 扶手架 (2) 支架 (3) 踩脚板 (4) 弹簧 (5) 底座 (6) 缓冲垫

具体实施方式

[0009] 下面结合附图对本发明脚踏弹性健肌器作进一步说明：

[0010] 如图所示：脚踏弹性健肌器，支架 2 上端焊接扶手架 1，下端焊接在底座 5 上，弹簧 4 下端固定在底座 5 上，上端焊接踩脚板 3，弹簧 4 前后安装缓冲垫 6。

[0011] 使用时，人双手扶住扶手架，双脚踩在踩脚板上，利用双腿和脚部力量向下压弹簧，使弹簧伸张和收缩，通过上下往返交替运动以达到增强下肢力量的目的。

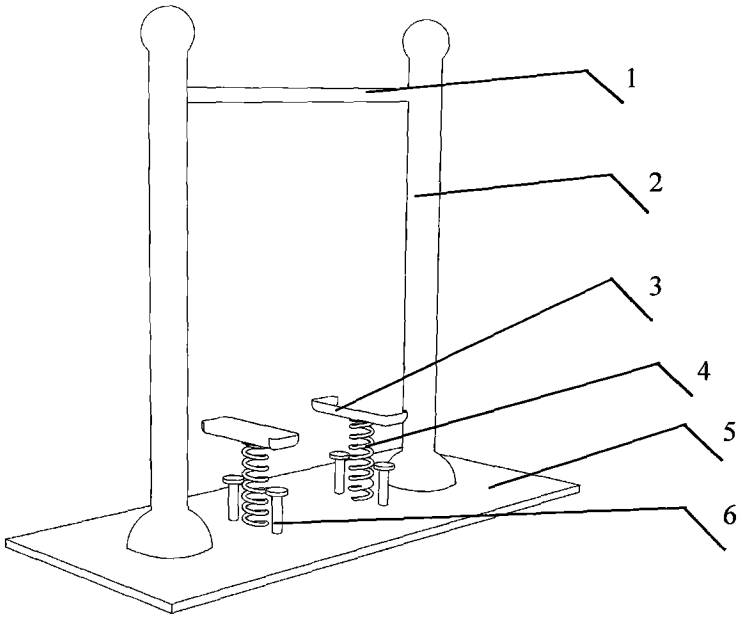


图 1