



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 208541752 U

(45)授权公告日 2019. 02. 26

(21)申请号 201820992922.9

(22)申请日 2018.06.26

(73)专利权人 漳浦新时代农业开发有限公司

地址 363200 福建省漳州市漳浦县六鳌镇
虎头山开发区

(72)发明人 肖世成 姜昂 赵宏烜 宋子祺

(51)Int.Cl.

A63B 23/02(2006.01)

A63B 23/12(2006.01)

A63B 21/072(2006.01)

A61H 15/00(2006.01)

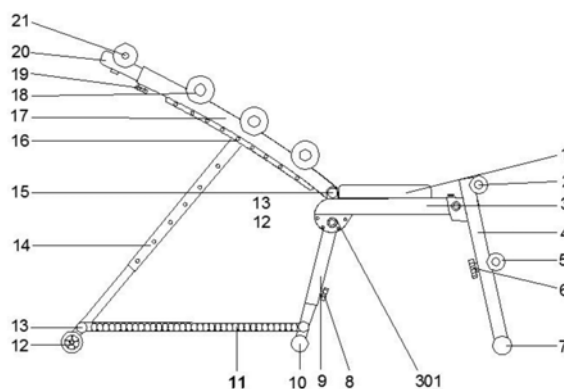
权利要求书2页 说明书5页 附图2页

(54)实用新型名称

一种健身用可调节式仰卧起坐板

(57)摘要

本实用新型提供了一种健身用可调节式仰卧起坐板,包括:坐垫、膝托棉辊、横梁、调节座、前支架、脚钩棉辊、第一调节器、底座、第二调节器、后支架、调节底座、弹簧、滚轮调节底座、弹簧杆、支撑杆、转轴、靠背调节板、靠背支架、靠背棉辊、第三调节器、头枕调节杆、头枕棉辊;所述横梁的上端设置有坐垫,且横梁与坐垫通过螺栓相连接;所述横梁的左侧上端设置有靠背支架,且横梁与靠背支架通过转轴相连接;所述靠背支架的上端设置有靠背棉辊,本实用新型通过对一种健身用可调节式仰卧起坐板的改进,具有功能多样,角度可调,收纳方便,靠背具有按摩,键腹的优点,从而有效的解决了本实用新型在背景技术一项中提出的问题和不足。



1. 一种健身用可调节式仰卧起坐板, 包括: 坐垫 (1)、膝托棉辊 (2)、横梁 (3)、调节座 (301)、前支架 (4)、脚钩棉辊 (5)、第一调节器 (6)、底座 (7)、第二调节器 (8)、后支架 (9)、调节底座 (10)、弹簧 (11)、滚轮调节底座 (12)、弹簧杆 (13)、支撑杆 (14)、转轴 (15)、靠背调节板 (16)、靠背支架 (17)、靠背棉辊 (18)、第三调节器 (19)、头枕调节杆 (20)、头枕棉辊 (21); 其特征在于: 所述横梁 (3) 的上端设置有坐垫 (1), 且横梁 (3) 与坐垫 (1) 通过螺栓相连接; 所述横梁 (3) 的左侧上端设置有靠背支架 (17), 且横梁 (3) 与靠背支架 (17) 通过转轴 (15) 相连接; 所述靠背支架 (17) 的上端设置有靠背棉辊 (18), 且靠背支架 (17) 与靠背棉辊 (18) 通过轴承相连接; 所述靠背支架 (17) 的下端设置有靠背调节板 (16), 且靠背支架 (17) 与靠背调节板 (16) 通过焊接方式相连接; 所述靠背支架 (17) 的左侧设置有头枕调节杆 (20), 且靠背支架 (17) 与头枕调节杆 (20) 通过第三调节器 (19) 相连接; 所述头枕调节杆 (20) 上设置有头枕棉辊 (21), 且头枕调节杆 (20) 与头枕棉辊 (21) 通过螺栓相连接; 所述靠背支架 (17) 的下方设置有支撑杆 (14), 且靠背支架 (17) 与支撑杆 (14) 通过销柱相连接; 所述支撑杆 (14) 的下侧设置有滚轮调节底座 (12), 且支撑杆 (14) 与滚轮调节底座 (12) 通过销柱相连接; 所述滚轮调节底座 (12) 上设置有弹簧杆 (13), 且滚轮调节底座 (12) 与弹簧杆 (13) 通过焊接方式相连接; 所述弹簧杆 (13) 上设置有弹簧 (11), 且弹簧杆 (13) 与弹簧 (11) 通过活动连接方式相连接; 所述横梁 (3) 的左侧下端设置有调节座 (301), 且横梁 (3) 与调节座 (301) 通过焊接方式相连接; 所述调节座 (301) 的下端设置有后支架 (9), 且调节座 (301) 与后支架 (9) 通过螺栓相连接; 所述后支架 (9) 的下侧设置有调节底座 (10), 且后支架 (9) 与调节底座 (10) 通过第二调节器 (8) 相连接; 所述横梁 (3) 的右端设置有前支架 (4), 且横梁 (3) 与前支架 (4) 通过活动连接方式相连接; 所述前支架 (4) 的上端设置有膝托棉辊 (2), 且前支架 (4) 与膝托棉辊 (2) 通过螺栓相连接; 所述前支架 (4) 的中间设置有脚钩棉辊 (5), 且前支架 (4) 与脚钩棉辊 (5) 通过第一调节器 (6) 相连接; 所述前支架 (4) 下侧设置有底座 (7), 且前支架 (4) 与底座 (7) 通过焊接方式相连接。

2. 根据权利要求1所述的一种健身用可调节式仰卧起坐板, 其特征在于: 所述前支架 (4) 通过螺栓为折叠装置, 且前支架 (4) 的折叠角度为20-160度。

3. 根据权利要求1所述的一种健身用可调节式仰卧起坐板, 其特征在于: 所述后支架 (9) 通过螺栓为折叠装置, 且后支架 (9) 的折叠角度为20-160度。

4. 根据权利要求1所述的一种健身用可调节式仰卧起坐板, 其特征在于: 所述前支架 (4) 上设置有多组调节孔, 且脚钩棉辊 (5) 通过第一调节器 (6) 为上下移动装置。

5. 根据权利要求1所述的一种健身用可调节式仰卧起坐板, 其特征在于: 所述调节底座 (10) 与滚轮调节底座 (12) 上左右两侧均设置有弹簧杆 (13), 且靠背支架 (17) 通过支撑杆 (14) 以转轴 (15) 为轴心为上下旋转装置。

6. 根据权利要求1所述的一种健身用可调节式仰卧起坐板, 其特征在于: 所述调节底座 (10) 与滚轮调节底座 (12) 均呈倒T型设置, 且后支架 (9) 通过第二调节器 (8) 及支撑杆 (14) 通过销柱为上下调节装置。

7. 根据权利要求1所述的一种健身用可调节式仰卧起坐板, 其特征在于: 所述弹簧 (11) 呈对称状设置有两组, 且弹簧 (11) 一端连接在调节底座 (10) 上的弹簧杆 (13) 上, 另一端连接在滚轮调节底座 (12) 上的弹簧杆 (13) 上。

8. 根据权利要求1所述的一种健身用可调节式仰卧起坐板, 其特征在于: 所述调节座

(301) 上设置有多个限位孔,且调节座 (301) 为后支架 (9) 的限位装置。

一种健身用可调节式仰卧起坐板

技术领域

[0001] 本实用新型涉及健身器材技术领域,更具体的说,尤其涉及一种健身用可调节式仰卧起坐板。

背景技术

[0002] 仰卧板目前是健身器材的一种,广泛应用于体育界,家用健身器材等领域,传统的仰卧板主要是做仰卧起坐运动来进行锻炼。

[0003] 随着社会的发展和科技的进步,工作压力越来越大,社会应酬越来越多,出行方式也逐步被现代交通工具所代替,很少有时间参加健身运动,身体素质不断下降,随之带来了许多现代病,这不仅会影响个人形象,而且会增加心肺功能的负担,衍生出许多心血管疾病,势必影响到工作精力和效率。

[0004] 为了提高身体素质,现有的仰卧板可以实现健身训练的目的,但在使用过程中存在很多不足,一是现有的仰卧板功能单一,只能做仰卧起坐单一动作,健身者容易产生烦躁情绪,健身运动难以坚持,二是现有的仰卧板主要以锻炼腹部的肌肉群为主,其它如胸部肌肉、上身臂力及腿部力量锻炼不能兼顾,三是由于仰卧板角度不能调节,训练时身体后仰,对体质较差的训练者来说仰卧起坐有一定的难度,做训练动作时不能灵活自如,即使能完成,但因数量、时间不足,也起不到锻炼的效果。

[0005] 有鉴于此,针对现有的问题予以研究改良,提供一种结构简单合理,训练角度可调,训练功能多,健身效果好,旨在通过该技术,达到解决问题与提高实用价值性的目的。

实用新型内容

[0006] 本实用新型的目的在于提供一种健身用可调节式仰卧起坐板,以解决上述背景技术中提出的训练功能单一,训练角度不能调节,大多锻炼腹部肌肉的问题和不足。

[0007] 为实现上述目的,本实用新型提供了一种健身用可调节式仰卧起坐板,由以下具体技术手段所达成:

[0008] 一种健身用可调节式仰卧起坐板,包括:坐垫、膝托棉辊、横梁、调节座、前支架、脚钩棉辊、第一调节器、底座、第二调节器、后支架、调节底座、弹簧、滚轮调节底座、弹簧杆、支撑杆、转轴、靠背调节板、靠背支架、靠背棉辊、第三调节器、头枕调节杆、头枕棉辊;所述横梁的上端设置有坐垫,且横梁与坐垫通过螺栓相连接;所述横梁的左侧上端设置有靠背支架,且横梁与靠背支架通过转轴相连接;所述靠背支架的上端设置有靠背棉辊,且靠背支架与靠背棉辊通过轴承相连接;所述靠背支架的下端设置有靠背调节板,且靠背支架与靠背调节板通过焊接方式相连接;所述靠背支架的左侧设置有头枕调节杆,且靠背支架与头枕调节杆通过第三调节器相连接;所述头枕调节杆上设置有头枕棉辊,且头枕调节杆与头枕棉辊通过螺栓相连接;所述靠背支架的下方设置有支撑杆,且靠背支架与支撑杆通过销柱相连接;所述支撑杆的下侧设置有滚轮调节底座,且支撑杆与滚轮调节底座通过销柱相连接;所述滚轮调节底座上设置有弹簧杆,且滚轮调节底座与弹簧杆通过焊接方式相连接;所

述弹簧杆上设置有弹簧,且弹簧杆与弹簧通过活动连接方式相连接;所述横梁的左侧下端设置有调节座,且横梁与调节座通过焊接方式相连接;所述调节座的下端设置有后支架,且调节座与后支架通过螺栓相连接;所述后支架的下侧设置有调节底座,且后支架与调节底座通过第二调节器相连接;所述横梁的右端设置有前支架,且横梁与前支架通过活动连接方式相连接;所述前支架的上端设置有膝托棉辊,且前支架与膝托棉辊通过螺栓相连接;所述前支架的中间设置有脚钩棉辊,且前支架与脚钩棉辊通过第一调节器相连接;所述前支架下侧设置有底座,且前支架与底座通过焊接方式相连接。

[0009] 作为本技术方案的进一步优化,本实用新型一种健身用可调节式仰卧起坐板所述前支架通过螺栓为折叠装置,且前支架的折叠角度为20-160度。

[0010] 作为本技术方案的进一步优化,本实用新型一种健身用可调节式仰卧起坐板所述后支架通过螺栓为折叠装置,且后支架的折叠角度为20-160度。

[0011] 作为本技术方案的进一步优化,本实用新型一种健身用可调节式仰卧起坐板所述前支架上设置有多多个调节孔,且脚钩棉辊通过第一调节器为上下移动装置。

[0012] 作为本技术方案的进一步优化,本实用新型一种健身用可调节式仰卧起坐板所述调节底座与滚轮调节底座上左右两侧均设置有弹簧杆,且靠背支架通过支撑杆以转轴为轴心为上下旋转装置。

[0013] 作为本技术方案的进一步优化,本实用新型一种健身用可调节式仰卧起坐板所述调节底座与滚轮调节底座均呈倒T型设置,且后支架通过第二调节器及支撑杆通过销柱为上下调节装置。

[0014] 作为本技术方案的进一步优化,本实用新型一种健身用可调节式仰卧起坐板所述弹簧呈对称状设置有两组,且弹簧一端连接在调节底座上的弹簧杆上,另一端连接在滚轮调节底座上的弹簧杆上。

[0015] 作为本技术方案的进一步优化,本实用新型一种健身用可调节式仰卧起坐板所述调节座上设置有多多个限位孔,且调节座为后支架的限位装置。

[0016] 由于上述技术方案的运用,本实用新型与现有技术相比具有下列优点:

[0017] 1、本实用新型通过折叠装置的设置,有利于前支架与后支架通过螺栓与横梁折叠,折叠角度为20-160度,收纳方便,不占用空间。

[0018] 2、本实用新型通过支撑杆的设置,有利于靠背支架通过靠背调节板上的调节孔与销柱及支撑杆上的调节孔与销柱的配合,可以调整靠背支架的角度。

[0019] 3、本实用新型通过调节底座与滚轮调节底座均呈倒T型的设置,有利于实现臀部支撑配合腰部发力以及上背助力的全程运动效果,能分摊掉对尾椎处的集中压力,保护背部,同时锻炼的肌肉群范围更大。

[0020] 4、本实用新型通过对一种健身用可调节式仰卧起坐板的改进,具有训练功能多样,训练角度可调,收纳方便,靠背具有按摩,键腹的优点,从而有效的解决了本实用新型在背景技术一项中提出的问题和不足。

附图说明

[0021] 构成本申请的一部分的附图用来提供对本实用新型的进一步理解,本实用新型的示意性实施例及其说明用于解释本实用新型,并不构成对本实用新型的不当限定。在附图

中:

[0022] 图1为本实用新型的结构示意图;

[0023] 图2为本实用新型的整体折叠结构示意图;

[0024] 图3为本实用新型的弹簧连接结构示意图;

[0025] 图4为本实用新型的前支架主视结构示意图。

[0026] 图中:坐垫1、膝托棉辊2、横梁3、调节座301、前支架4、脚钩棉辊5、第一调节器6、底座7、第二调节器8、后支架9、调节底座10、弹簧11、滚轮调节底座12、弹簧杆13、支撑杆14、转轴15、靠背调节板16、靠背支架17、靠背棉辊18、第三调节器19、头枕调节杆20、头枕棉辊21。

具体实施方式

[0027] 下面将结合本实用新型实施例中的附图,对本实用新型实施例中的技术方案进行清楚、完整地描述,显然,所描述的实施例仅仅是本实用新型一部分实施例,而不是全部的实施例。

[0028] 需要说明的是,在本实用新型的描述中,除非另有说明,“多个”的含义是两个或两个以上;术语“上”、“下”、“左”、“右”、“内”、“外”、“前端”、“后端”、“头部”、“尾部”等指示的方位或位置关系为基于附图所示的方位或位置关系,仅是为了便于描述本实用新型和简化描述,而不是指示或暗示所指的装置或元件必须具有特定的方位、以特定的方位构造和操作,因此不能理解为对本实用新型的限制。

[0029] 此外,术语“第一”、“第二”、“第三”等仅用于描述目的,而不能理解为指示或暗示相对重要性。

[0030] 同时,在本实用新型的描述中,除非另有明确的规定和限定,术语“相连”、“连接”应做广义理解,例如,可以是固定连接,也可以是可拆卸连接,或一体地连接;可以是机械连接,也可以是电性连接;可以是直接相连,也可以通过中间媒介间接相连。对于本领域的普通技术人员而言,可以根据具体情况理解上述术语在本实用新型中的具体含义。

[0031] 请参见图1至图4,本实用新型提供一种健身用可调节式仰卧起坐板的具体技术实施方案:

[0032] 一种健身用可调节式仰卧起坐板,包括:坐垫1、膝托棉辊2、横梁3、调节座301、前支架4、脚钩棉辊5、第一调节器6、底座7、第二调节器8、后支架9、调节底座10、弹簧11、滚轮调节底座12、弹簧杆13、支撑杆14、转轴15、靠背调节板16、靠背支架17、靠背棉辊18、第三调节器19、头枕调节杆20、头枕棉辊21;横梁3的上端设置有坐垫1,且横梁3与坐垫1通过螺栓相连接;横梁3的左侧上端设置有靠背支架17,且横梁3与靠背支架17通过转轴15相连接;靠背支架17的上端设置有靠背棉辊18,且靠背支架17与靠背棉辊18通过轴承相连接;靠背支架17的下端设置有靠背调节板16,且靠背支架17与靠背调节板16通过焊接方式相连接;靠背支架17的左侧设置有头枕调节杆20,且靠背支架17与头枕调节杆20通过第三调节器19相连接;头枕调节杆20上设置有头枕棉辊21,且头枕调节杆20与头枕棉辊21通过螺栓相连接;靠背支架17的下方设置有支撑杆14,且靠背支架17与支撑杆14通过销柱相连接;支撑杆14的下侧设置有滚轮调节底座12,且支撑杆14与滚轮调节底座12通过销柱相连接;滚轮调节底座12上设置有弹簧杆13,且滚轮调节底座12与弹簧杆13通过焊接方式相连接;弹簧杆13上设置有弹簧11,且弹簧杆13与弹簧11通过活动连接方式相连接;横梁3的左侧下端设置有

调节座301,且横梁3与调节座301通过焊接方式相连接;调节座301的下端设置有后支架9,且调节座301与后支架9通过螺栓相连接;后支架9的下侧设置有调节底座10,且后支架9与调节底座10通过第二调节器8相连接;横梁3的右端设置有前支架4,且横梁3与前支架4通过活动连接方式相连接;前支架4的上端设置有膝托棉辊2,且前支架4与膝托棉辊2通过螺栓相连接;前支架4的中间设置有脚钩棉辊5,且前支架4与脚钩棉辊5通过第一调节器6相连接;前支架4下侧设置有底座7,且前支架4与底座7通过焊接方式相连接。

[0033] 具体的,前支架4通过螺栓为折叠装置,且前支架4的折叠角度为20-160度,通过前支架4的折叠装置,有利于收纳,不占用空间。

[0034] 具体的,后支架9通过螺栓为折叠装置,且后支架9的折叠角度为20-160度,通过后支架9的折叠装置,有利于收纳,不占用空间。

[0035] 具体的,前支架4上设置有多组调节孔,且脚钩棉辊5通过第一调节器6为上下移动装置,通过前支架4上调节孔在设置,有利于调节到所需要的脚勾高度,方便不同的需求。

[0036] 具体的,调节底座10与滚轮调节底座12上左右两侧均设置有弹簧杆13,且靠背支架17通过支撑杆14以转轴15为轴心为上下旋转装置。

[0037] 具体的,调节底座10与滚轮调节底座12均呈倒T型设置,且后支架9通过第二调节器8及支撑杆14通过销柱为上下调节装置,有利于人体贴合板身时,需要到不同的受力点增大肌肉的锻炼范围。

[0038] 具体的,弹簧11呈对称状设置有两组,且弹簧11一端连接在调节底座10上的弹簧杆13上,另一端连接在滚轮调节底座12上的弹簧杆13上。

[0039] 具体的,调节座301上设置有多组限位孔,且调节座301为后支架9的限位装置,加大了装置的坚固性,增加了装置的承载能力。

[0040] 具体实施步骤:

[0041] 使用该装置时,首先将靠背支架17通过支撑杆14与靠背调节板16销柱连接,调整不同角度,让靠背支架17与坐垫1之间形成不同的夹角,锻炼者坐在坐垫1上,可进行哑铃的锻炼,能增强胸部、肩部、腰部、臀部的肌力,还能使全身各关节韧带及内脏器官的功能得到改善,锻炼者坐在坐垫1上,脚钩在脚钩棉辊5上,膝盖弯曲处受到膝托棉辊2的支撑,后背靠在靠背支架17上,通过后背对靠背支架17施加压力,使靠背支架17向后运动,同时在弹簧11的回弹力的作用下,靠背支架17上的靠背棉辊18会对人体的后背滚动按压,当撤去后背对靠背支架17的压力时,靠背支架17会在弹簧11的作用下自动回到初始位置,如此往复运动,达到按摩,键腹等效果。

[0042] 综上所述:该一种健身用可调节式仰卧起坐板,通过折叠装置的设置,有利于前支架与后支架通过螺栓与横梁折叠,折叠角度为20-160度,收纳方便,不占用空间,通过支撑杆的设置,有利于靠背支架通过靠背调节板上的调节孔与销柱及支撑杆上的调节孔与销柱的配合,可以调整靠背支架的角度,通过调节底座与滚轮调节底座均呈倒T型的设置,有利于实现臀部支撑配合腰部发力以及上背助力的全程运动效果,能分摊掉对尾椎处的集中压力,保护背部,同时锻炼的肌肉群范围更大,解决了训练功能单一,训练角度不能调节,大多锻炼腹部肌肉的问题。

[0043] 尽管已经示出和描述了本实用新型的实施例,对于本领域的普通技术人员而言,可以理解在不脱离本实用新型的原理和精神的情况下可以对这些实施例进行多种变化、修

改、替换和变型,本实用新型的范围由所附权利要求及其等同物限定。

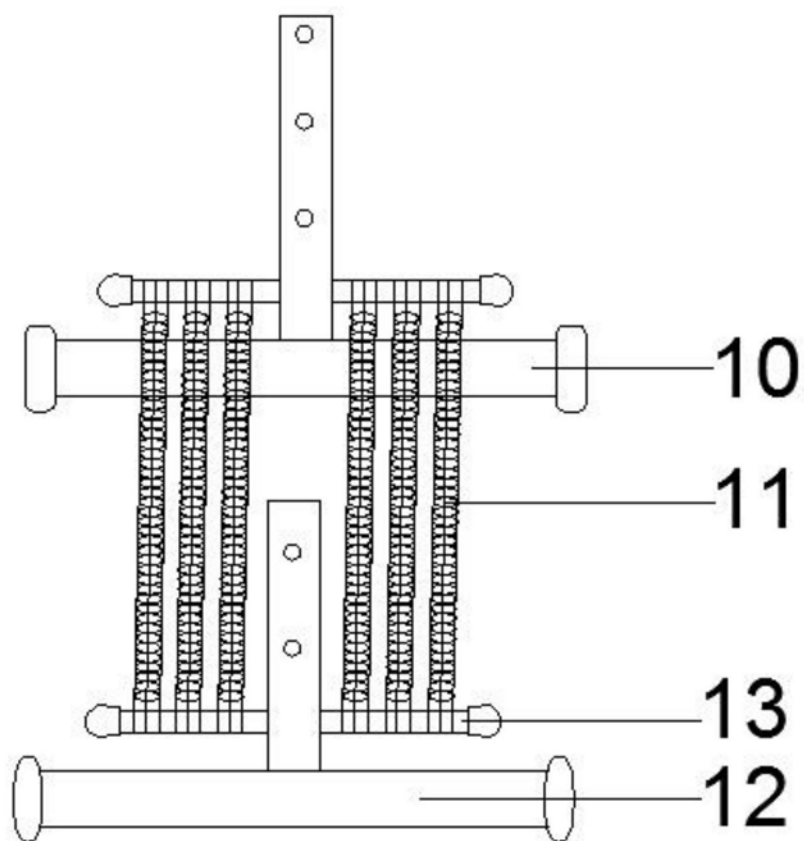


图3

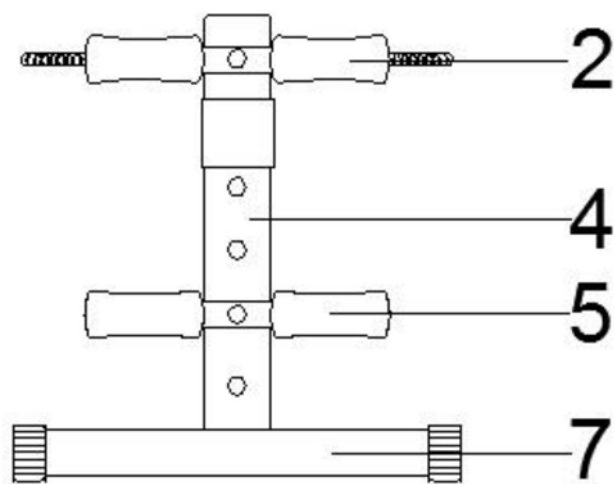


图4