



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 202446737 U

(45) 授权公告日 2012. 09. 26

(21) 申请号 201220050330. 8

(22) 申请日 2012. 02. 16

(73) 专利权人 宁波市镇海西门专利技术开发有限公司

地址 315200 浙江省宁波市镇海龙洋路 16 号

(72) 发明人 陈际军

(51) Int. Cl.

A63B 23/04 (2006. 01)

(ESM) 同样的发明创造已同日申请发明专利

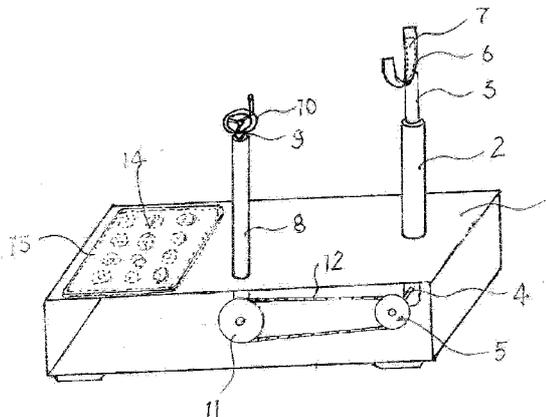
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

(54) 实用新型名称

练腿器具

(57) 摘要

练腿器具, 在底板的前端设置轴筒, 在轴筒中安装下端是齿条的滑轴, 齿条与横向安装的齿轴相啮合, 齿轴的一端固定链轮, 在滑轴的上端安装叉形头, 在底板的中部右侧设置柱形轴筒, 在轴筒中安装轴承和转轴, 转轴的上端安装手轮, 转轴的下端穿过底板连接链轮, 摇动转轴上的手轮, 通过链条来带动齿轴转动, 驱动滑轴上行或下降, 由于设置了可以调节搁腿的高低度的装置和叉形头, 从而达到训练时安全灵活和更有利于腿部锻炼的目的。



1. 练腿器具，底板制成长方形，其特征是：在底板的前端设置轴筒，在轴筒中能顺轴筒升降的滑轴，在滑轴的下端加工成齿条，齿条与横向安装的齿轴相啮合，齿轴的一端固定链轮，在滑轴的上端安装叉形头，在叉形头上设置软垫，在底板的中部右侧设置柱形轴筒，在轴筒中安装轴承和转轴，转轴的上端安装手轮，转轴的下端穿过底板连接链轮，链轮通过链条与轴筒下的链论连接，摇动转轴上的手轮，通过链条来带动齿轴转动，驱动滑轴上行或下降；在底板的后端设置站台，在站台上设置防滑装置。

2. 根据权利要求 1 所述的练腿器具，其特征是：所述软垫用海绵或者橡胶或者塑料制成，这样腿搁在上面更舒服。

3. 根据权利要求 1 所述的练腿器具，其特征是：所述防滑装置是向上凸起的防滑颗粒或者设置纵横交叉向上凸起的防滑条，或者在站台上铺设橡胶垫或者防滑的塑料垫。

练腿器具

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种体育训练器具,具体地说是一种训练抬腿的器具。

背景技术

[0002] 现今,在公园里都设有健身器具,在这些器具中有常见的练腿部关节和肌肉搁腿器具,但是这种具的缺点就是搁腿点往往是一根横档,搁腿时会引起后跟肌肉疼痛,而且这些器具不能进行高度上的调节,训练时比较死板,这样不利于搁腿锻炼。

发明内容

[0003] 为了克服上述缺陷,本实用新型提供一种练腿器具,该器具设置了叉形搁腿部和搁脚点的高度可以调节的装置,不仅搁腿舒服,而且可以随机调节搁腿点的高度,更有利于和方便腿部训练。

[0004] 本实用新型解决其技术问题所采取的技术措施是,底板制成长方形,在底板的前端设置轴筒,在轴筒中能顺轴筒升降的滑轴,在滑轴的下端加工成齿条,齿条与横向安装的齿轴相啮合,齿轴的一端固定链轮,在滑轴的上端安装叉形头,在叉形头上设置软垫,软垫用海绵或者橡胶或者塑料制成,这样腿搁在上面更舒服;在底板的中部右侧设置柱形轴筒,在轴筒中安装轴承和转轴,转轴的上端安装手轮,转轴的下端穿过底板连接链轮,链轮通过链条与轴筒下的链论连接,摇动转轴上的手轮,通过链条来带动齿轴转动,驱动滑轴上行或下降;在底板的后端设置站台,在站台上设置防滑装置,防滑装置是向上凸起的防滑颗粒或者设置纵横交叉向上凸起的防滑条,或者在站台上铺设橡胶垫或者防滑的塑料垫。使用时,锻炼者立在站台上,将腿抬起用脚后跟部位搁在叉形头的软垫上进行锻炼,然后摇动手轮,使叉形头上升或者下降来变换搁腿的高度,锻炼者可以随着自己的感觉去增加或者减小抬腿的高度,以此来调整训练的强度,由于设置了可以调节搁腿的高低度的装置和软垫,从而达到训练时安全灵活和更有利于腿部锻炼的目的。

[0005] 本实用新型的有益效果是,为健身提供一种舒适安会的健身器具,结构简单。

附图说明

[0006] 下面结合附图对本实用新型明作进一步说明。

[0007] 附图 1 是练腿器具的结构示意图。

[0008] 图中,1、底板,2、轴筒,3、滑轴,4、齿轴,5、链轮,6、叉形头,7、软垫,8、轴筒,9、转轴,10、手轮,11、链轮,12、链条,13、站台,14、防滑装置。

具体实施方式

[0009] 在图中,底板 1 制成长方形,在底板的前端设置轴筒 2,在轴筒中能顺轴筒升降的滑轴 3,在滑轴的下端加工成齿条,齿条与横向安装的齿轴 4 相啮合,齿轴的一端固定链轮 5,在滑轴的上端安装叉形头 6,在叉形头上设置软垫 7,软垫用海绵或者橡胶或者塑料

制成,这样腿搁在上面更舒服;在底板的中部右侧设置柱形轴筒 8,在轴筒中安装轴承和转轴 9,转轴的上端安装手轮 10,转轴的下端穿过底板连接链轮 11,链轮通过链条 12 与轴筒下的链论连接,摇动转轴上的手轮,通过链条来带动齿轴转动,驱动滑轴上行或下降;在底板的后端设置站台 13,在站台上设置防滑装置 14,防滑装置是向上凸起的防滑颗粒或者设置纵横交叉向上凸起的防滑条,或者在站台上铺设橡胶垫或者防滑的塑料垫。使用时,锻练者立在站台上,将腿抬起用脚后跟部位搁在叉形头的软垫上进行锻炼,然后摇动手轮,使叉形头上升或者下降来变换搁腿的高度。

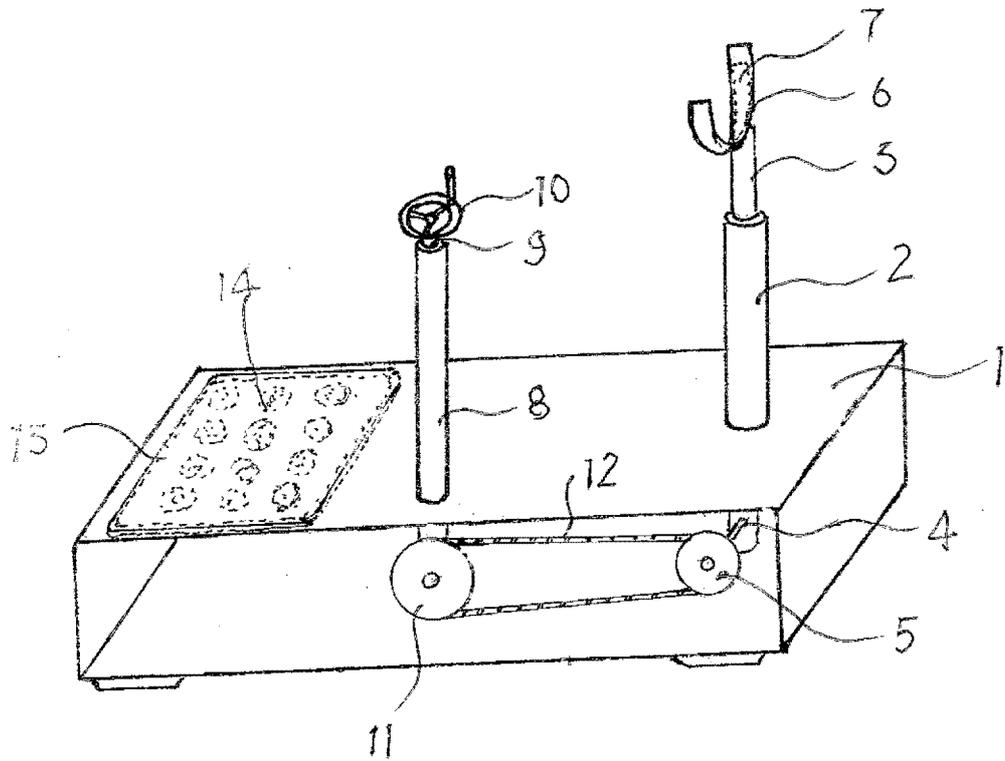


图 1