



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 204073282 U

(45) 授权公告日 2015. 01. 07

(21) 申请号 201420487559. 7

(22) 申请日 2014. 08. 21

(73) 专利权人 内蒙古民族大学

地址 028000 内蒙古自治区通辽市霍林河大街 22 号

(72) 发明人 杨欢

(51) Int. Cl.

A63B 23/04 (2006. 01)

A63B 23/12 (2006. 01)

A63B 21/04 (2006. 01)

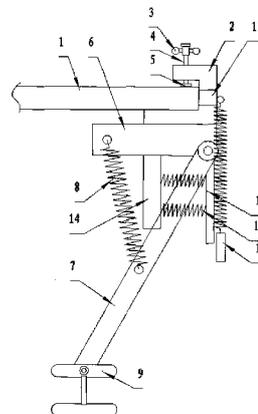
权利要求书1页 说明书2页 附图2页

(54) 实用新型名称

家用多功能力量训练装置

(57) 摘要

本实用新型涉及体育锻炼器材,特别是一种家用多功能力量训练装置。它包括桌面固定器,该桌面固定器是在U形的固定器上安装有螺栓,螺栓上端设有调节螺母,下端设有固定垫;桌面固定器的底部固定有安装块,安装块两侧通过铰链活动分别安装有一摆杆,摆杆与安装块之间连接有回位弹簧,摆杆的底部通过铰链活动安装有脚部固定框;固定器两侧各固定有一支臂,两个支臂上各安装有一拉力器,在安装块底部固装有安装板,安装板前方通过两组弹簧安装有一脚踏板。本实用新型家用多功能力量训练装置,结构简单,效果明显,特别是对腿部、手臂及关节力量的训练具有非常好的效果,特别适合在家看电视或上网时边休闲边锻炼。



1. 一种家用多功能力量训练装置,其特征在于:它包括桌面固定器,该桌面固定器是在U形的固定器(2)上安装有螺栓(4),螺栓(4)上端设有调节螺母(3),下端设有固定垫(5);桌面固定器的底部固定有安装块(6),安装块(6)两侧通过铰链活动分别安装有一摆杆(7),摆杆(7)与安装块(6)之间连接有回位弹簧(8),摆杆(7)的底部通过铰链活动安装有脚部固定框(9);固定器(2)两侧各固定有一支臂(11),两个支臂(11)上各安装有一拉力器(10),在安装块(6)底部固装有安装板(14),安装板(14)前方通过两组弹簧(13)安装有一脚踏板(12)。

2. 如权利要求1所述的家用多功能力量训练装置,其特征在于:所述的脚部固定框(9)表面装有橡胶防滑套。

## 家用多功能力量训练装置

### 技术领域

[0001] 本实用新型涉及体育锻炼器材,特别是一种家用多功能力量训练装置。

### 背景技术

[0002] 目前,腿部锻炼器属于专业范畴,很少被引入室内,更少被作为家居训练器材使用,这样就无法使得人们在家实现对腿部的专门训练。

### 实用新型内容

[0003] 本实用新型的目的在于提供一种家用多功能力量训练装置。

[0004] 本实用新型的目的在于通过如下途径实现的:一种家用多功能力量训练装置,它包括桌面固定器,该桌面固定器是在U形的固定器上安装有螺栓,螺栓上端设有调节螺母,下端设有固定垫;桌面固定器的底部固定有安装块,安装块两侧通过铰链活动分别安装有一摆杆,摆杆与安装块之间连接有回位弹簧,摆杆的底部通过铰链活动安装有脚部固定框;固定器两侧各固定有一支臂,两个支臂上各安装有一拉力器,在安装块底部固装有安装板,安装板前方通过两组弹簧安装有一脚踏板。

[0005] 作为本方案的进一步优化,所述的脚部固定框表面装有橡胶防滑套。

[0006] 本实用新型家用多功能力量训练装置,结构简单,效果明显,特别是对腿部、手臂及关节力量的训练具有非常好的效果,特别适合在家看电视或上网时边休闲边锻炼。

### 附图说明

[0007] 下面结合附图对本实用新型作进一步详细说明:

[0008] 图1为本实用新型正面结构示意图;

[0009] 图2为本实用新型侧面结构示意图;

[0010] 图中,桌面1、固定器2、调节螺母3、螺栓4、固定垫5、安装块6,安装块6、摆杆7、回位弹簧8、脚部固定框9、拉力器10、支臂11、脚踏板12、弹簧13、安装板14。

### 具体实施方式

[0011] 如图1、图2所示,本实用新型家用多功能力量训练装置,它包括桌面固定器,该桌面固定器是在U形的固定器2上安装有螺栓4,螺栓4上端设有调节螺母3,下端设有固定垫5;桌面固定器的底部固定有安装块6,安装块6两侧通过铰链活动分别安装有一摆杆7,摆杆7与安装块6之间连接有回位弹簧8,摆杆7的底部通过铰链活动安装有脚部固定框9。为了防滑并保持舒适性,在所述的脚部固定框9表面装有橡胶防滑套。固定器2两侧各固定有一支臂11,两个支臂11上各安装有一拉力器10,,在安装块6底部固装有安装板14,安装板14前方通过两组弹簧13安装有一脚踏板12。

[0012] 使用时,利用桌面固定器将本实用新型安装固定于桌面边缘,训练者坐于桌面旁边的椅子上,双脚的脚踝部分伸入脚部固定框内,弯曲小腿下压摆杆,摆杆通过加位弹簧的

力量增加压腿动作的难度,从而达到训练小腿部的效果。此外,该装置可以训练手臂力量,手拉力器即可,在训练手臂的同时,两个腿踩蹬在脚踏板上,利用弹簧的弹力进行踩压,训练关节力量。

[0013] 以上所述,仅为本实用新型的具体实施方式,但本实用新型的保护范围并不局限于此,任何熟悉本领域的技术人员在本实用新型所揭露的技术范围内,可不经创造性劳动想到的变化或替换,都应涵盖在本实用新型的保护范围之内。因此,本实用新型的保护范围应该以权利要求书所限定的保护范围为准。

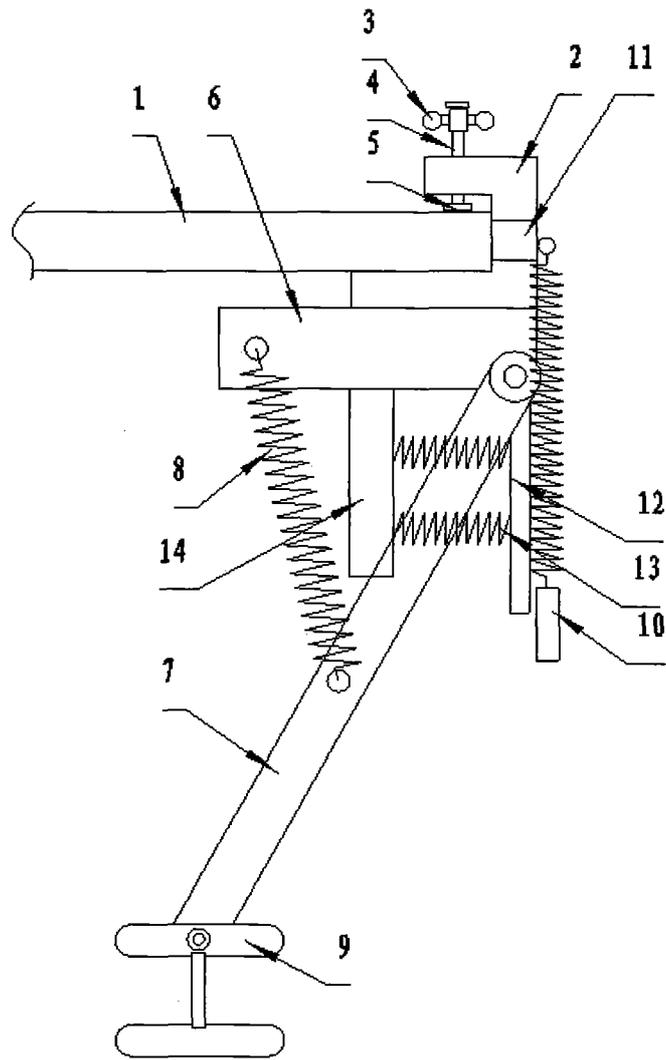


图 1

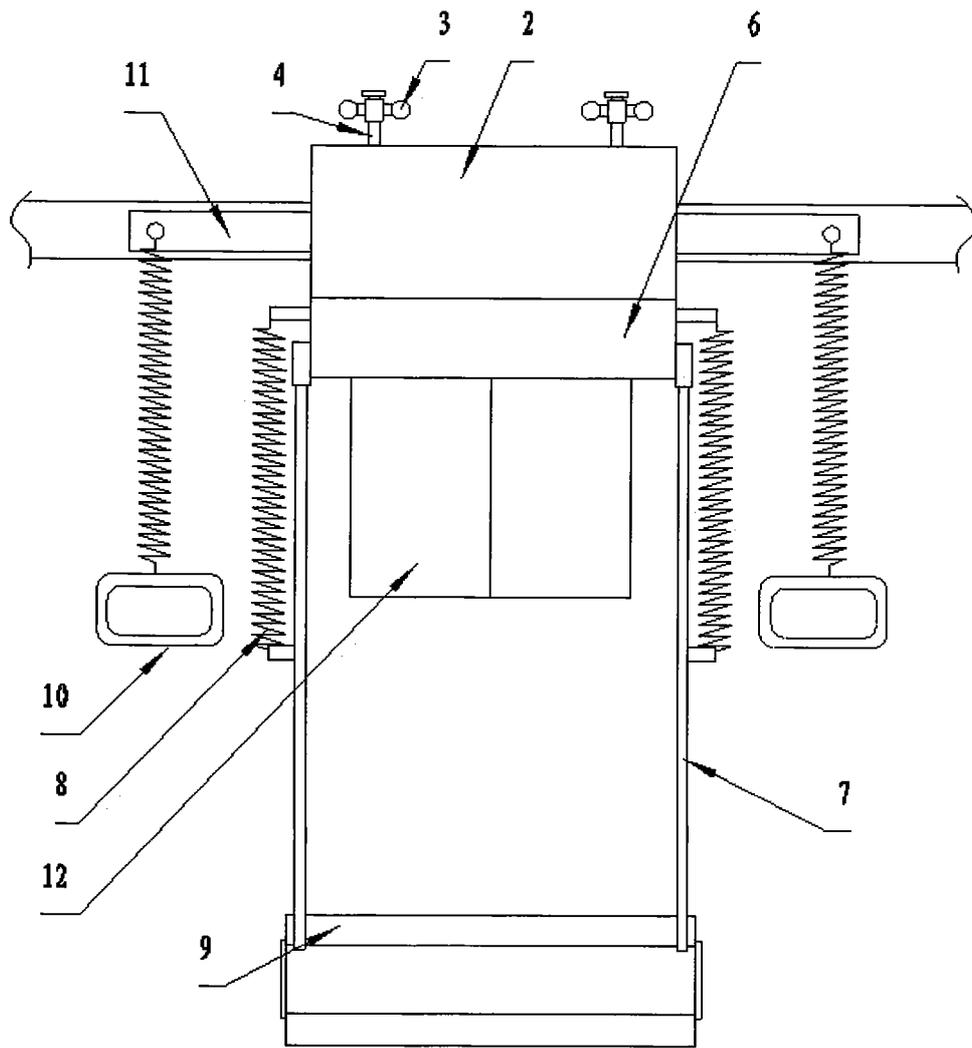


图 2