



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 209155014 U

(45)授权公告日 2019. 07. 26

(21)申请号 201821794949.3

(22)申请日 2018.11.01

(73)专利权人 重庆三峡学院

地址 404100 重庆市万州区天星路666号

(72)发明人 何志金 易东平 杨毅

(74)专利代理机构 北京华仲龙腾专利代理事务
所(普通合伙) 11548

代理人 李静

(51)Int.Cl.

A63B 23/04(2006.01)

A63B 21/055(2006.01)

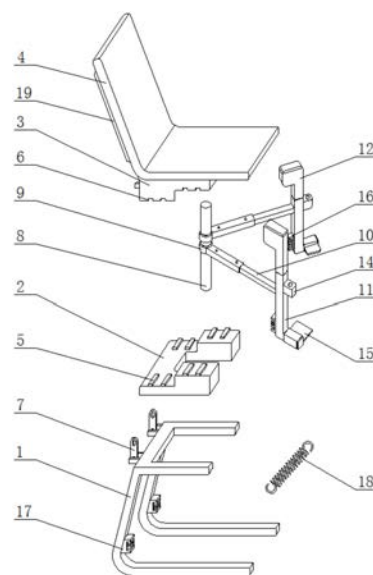
权利要求书1页 说明书4页 附图5页

(54)实用新型名称

一种固定型力量训练器械

(57)摘要

本实用新型提供一种固定型力量训练器械,包括支腿,下卡座,上卡座,座椅本体,L形板,拉力支座一和拉力支座二,所述支腿的顶部固定连接有下卡座,且支腿通过连接座与上卡座活动连接,所述L形板的左侧固定连接有拉力支座一,所述支腿立板段的右侧固定连接有两个与拉力支座一对应的拉力支座二。在两个拉力支座一之间安装上拉簧,并将踏板转至内侧,人员可坐在座椅本体上进行腿外展训练,在前后两组拉力支座一和拉力支座二之间均安装上拉簧,并将踏板转至外侧,可进行腿内收训练,取下拉簧,抽出插销,向下翻转折叠挡腿板,将L形板收缩进座椅本体的下方,可将该器械作为座椅来进行日常使用,结构简单轻巧,占用空间小。



1. 一种固定型力量训练器械,其特征在于:该固定型力量训练器械包括支腿,下卡座,上卡座,座椅本体,卡块,卡槽,连接座,支撑柱,转套,伸缩杆,L形板,挡腿板,插销,插销座,踏板,拉力支座一,拉力支座二,拉簧和收纳袋,所述支腿的顶部固定连接有下卡座,所述支腿的顶部且位于下卡座的上方活动铰接有上卡座,且支腿通过连接座与上卡座活动连接,所述上卡座的顶部固定连接有座椅本体,所述下卡座的顶部固定连接有卡块,所述上卡座的底部开设有与卡块对应的卡槽,所述上卡座的底部固定连接有支撑柱,所述支撑柱的外侧转动连接有两个转套,所述转套的右侧固定连接有伸缩杆,所述伸缩杆的右侧固定连接有L形板,所述L形板的顶部活动铰接有挡腿板,所述挡腿板的内部活动插接有延伸至L形板内部的插销,所述L形板的右侧固定连接有与插销对应的插销座,所述L形板的底端活动套接有踏板,所述L形板的左侧固定连接有拉力支座一,拉力支座一的左侧固定连接有支腿立板段,所述支腿立板段的右侧固定连接有两个与拉力支座一对应的拉力支座二,前面的所述拉力支座一和拉力支座二之间以及后面的拉力支座一和拉力支座二之间均活动连接有拉簧,所述座椅本体的椅背左侧固定连接收纳袋。

2. 如权利要求1所述一种固定型力量训练器械,其特征在于:所述支腿为“C”形状结构。

3. 如权利要求1所述一种固定型力量训练器械,其特征在于:所述下卡座和上卡座呈相互配合的L形状,所述下卡座的内部开设有凹槽。

4. 如权利要求1所述一种固定型力量训练器械,其特征在于:所述连接座内部的下方开设有与支腿相铰接的圆孔,所述连接座内部的上方开设有与上卡座相铰接的长条孔。

5. 如权利要求1所述一种固定型力量训练器械,其特征在于:所述伸缩杆上设置有可弹出的卡头和卡头槽。

6. 如权利要求1所述一种固定型力量训练器械,其特征在于:所述挡腿板的顶部设置有盒盖,所述L形板的顶部开设有与插销对应的插槽,所述挡腿板的底部和插销座的内部均开设有与插销对应的插孔。

7. 如权利要求1所述一种固定型力量训练器械,其特征在于:所述踏板的旋转范围为一百八十度。

8. 如权利要求1所述一种固定型力量训练器械,其特征在于:所述拉力支座一和拉力支座二相对面的一侧均设置有与拉簧对应的且数量相等的挂钩。

一种固定型力量训练器械

技术领域

[0001] 本实用新型属于健身器材技术领域,尤其涉及一种固定型力量训练器械。

背景技术

[0002] 如今社会的节奏越来越快,很多人的活动时间和空间都较少,运动量也变少,出于对身体健康和塑造身材等需求,健身房成为了人们热衷的去处,但是健身房不仅数量少,而且分布较为集中,很多人的活动区域附近并没有健身房,因此人们开始在家进行健身和力量训练,多采用徒手训练和杠铃哑铃,这些训练很难专门练到大腿内侧和臀部外侧的肌肉,但这两个区域又是女生必练的部位。所以需要用到腿内收和腿外展器械,它的固定轨道能帮助人们更好地找到这两个区域的发力感觉,从而达到更好的训练效果,但是市场上这类设备不仅笨重,占用空间大,而且价格昂贵,只适合在健身房内装备,并不适合一般的家庭家用。

[0003] 于是,有鉴于此,针对现有的结构及缺失予以研究改良,提供一种固定型力量训练器械,以期达到更具有更加实用价值性的目的。

实用新型内容

[0004] 为了解决上述技术问题,本实用新型提供一种固定型力量训练器械,以解决现有的腿外展和腿内收器械较为笨重,占用空间大,价格昂贵,不适于一般的家庭使用的问题。

[0005] 本实用新型一种固定型力量训练器械的目的与功效,由以下具体技术手段所达成:

[0006] 一种固定型力量训练器械,包括支腿,下卡座,上卡座,座椅本体,卡块,卡槽,连接座,支撑柱,转套,伸缩杆,L形板,挡腿板,插销,插销座,踏板,拉力支座一,拉力支座二,拉簧和收纳袋,所述支腿的顶部固定连接有下卡座,所述支腿的顶部且位于下卡座的上方活动铰接有上卡座,且支腿通过连接座与上卡座活动连接,所述上卡座的顶部固定连接有座椅本体,所述下卡座的顶部固定连接有卡块,所述上卡座的底部开设有与卡块对应的卡槽,所述上卡座的底部固定连接有支撑柱,所述支撑柱的外侧转动连接有两个转套,所述转套的右侧固定连接有伸缩杆,所述伸缩杆的右侧固定连接有L形板,所述L形板的顶部活动铰接有挡腿板,所述挡腿板的内部活动插接有延伸至L形板内部的插销,所述L形板的右侧固定连接有与插销对应的插销座,所述L形板的底端活动套接有踏板,所述L形板的左侧固定连接有拉力支座一,拉力支座一的左侧固定连接有支腿立板段,所述支腿立板段的右侧固定连接有两个与拉力支座一对应的拉力支座二,前面的所述拉力支座一和拉力支座二之间以及后面的拉力支座一和拉力支座二之间均活动连接有拉簧,所述座椅本体的椅背左侧固定连接收纳袋。

[0007] 进一步的,所述支腿为“匚”形状结构。

[0008] 进一步的,所述下卡座和上卡座呈相互配合的L形状,所述下卡座的内部开设有凹槽。

[0009] 进一步的,所述连接座内部的下方开设有与支腿相铰接的圆孔,所述连接座内部的上方开设有与上卡座相铰接的长条孔。

[0010] 进一步的,所述伸缩杆上设置有可弹出的卡块和卡槽。

[0011] 进一步的,所述挡腿板的顶部设置有盒盖,所述L形板的顶部开设有与插销对应的插槽,所述挡腿板的底部和插销座的内部均开设有与插销对应的插孔。

[0012] 进一步的,所述踏板的旋转范围为一百八十度。

[0013] 进一步的,所述拉力支座一和拉力支座二相对面的一侧均设置有与拉簧对应的且数量相等的挂钩。

[0014] 与现有技术相比,本实用新型具有如下有益效果:

[0015] 1.该训练器械的训练状态下,下卡座和上卡座上下完全对正配合,踏板位于支腿底部水平段的上方,挡腿板通过插销固定在L形板上,L形板可绕支撑柱旋转,在两个L形板上的拉力支座一之间安装上拉簧的话,该器械为腿外展训练模式,两个L形板受到拉簧的拉力向内闭合,将踏板转至内侧,使用者坐在座椅本体上,用膝盖向外侧发力通过挡腿板打开L形板,进行腿外展训练,在前面的拉力支座一和拉力支座二之间以及后面的拉力支座一和拉力支座二之间安装上拉簧的话,该器械为腿内收训练模式,L形板受到拉簧的拉力向外侧张开,将踏板转至外侧,使用者坐在座椅本体上,用膝盖向内侧发力通过挡腿板闭合L形板,进行腿内收训练,该方式实现了腿外展和腿内收两种训练效果,且设备结构简单轻巧,占用空间小,一般家庭内也可放置该器械。

[0016] 2.该器械的家用状态下,仅有下卡座的左端与上卡座的右端对正配合,将拉簧放置在收纳袋里,将挡腿板折转下来,再将L形板通过伸缩杆向内推动到座椅本体的下方,该设备即可作为普通的座椅来进行日常使用,该方式使得设备具备了训练和日常家用两种用途,且设备结构简单轻巧,占用空间小,即使户型很小的家庭也能配备使用,便于推广。

附图说明

[0017] 图1是本实用新型结构炸开图;

[0018] 图2是本实用新型训练状态正面示意图;

[0019] 图3是本实用新型家用状态正面示意图;

[0020] 图4是本实用新型拉力支座一结构立体图;

[0021] 图5是本实用新型挡腿板通过插销与L形板连接结构正面剖视图。

[0022] 图中:1-支腿,2-下卡座,3-上卡座,4-座椅本体,5-卡块,6-卡槽,7-连接座,8-支撑柱,9-转套,10-伸缩杆,11-L形板,12-挡腿板,13-插销,14-插销座,15-踏板,16-拉力支座一,17-拉力支座二,18-拉簧,19-收纳袋。

具体实施方式

[0023] 以下结合附图对本实用新型做进一步描述:

[0024] 实施例:

[0025] 如附图1至附图5所示:

[0026] 本实用新型提供一种固定型力量训练器械,包括支腿1,下卡座2,上卡座3,座椅本体4,卡块5,卡槽6,连接座7,支撑柱8,转套9,伸缩杆10,L形板11,挡腿板12,插销13,插销

座14,踏板15,拉力支座一16,拉力支座二17,拉簧18和收纳袋19,所述支腿1的顶部固定连接有下卡座2,所述支腿1的顶部且位于下卡座2的上方活动铰接有上卡座3,且支腿1通过连接座7与上卡座3活动连接,所述上卡座3的顶部固定连接有座椅本体4,所述下卡座2的顶部固定连接有卡块5,所述上卡座3的底部开设有与卡块5对应的卡槽6,所述上卡座3的底部固定连接有支撑柱8,所述支撑柱8的外侧转动连接有两个转套9,所述转套9的右侧固定连接有伸缩杆10,所述伸缩杆10的右侧固定连接有L形板11,所述L形板11的顶部活动铰接有挡腿板12,所述挡腿板12的内部活动插接有延伸至L形板11内部的插销13,所述L形板11的右侧固定连接有与插销13对应的插销座14,所述L形板11的底端活动套接有踏板15,所述L形板11的左侧固定连接有拉力支座一16,所述支腿1立板段的右侧固定连接有两个与拉力支座一16对应的拉力支座二17,前面的所述拉力支座一16和拉力支座二17之间以及后面的拉力支座一16和拉力支座二17之间均活动连接有拉簧18,所述座椅本体4的椅背左侧固定连接有收纳袋19。

[0027] 其中,所述支腿1为“匚”形状结构。

[0028] 其中,所述下卡座2和上卡座3呈相互配合的L形状,通过下卡座2和上卡座3的不同卡接配合可调整座椅高度,当下卡座2上的卡块5全部卡在上卡座3上的卡槽6内时,座椅较高,如图2所示,通过下卡座2左段的卡块5与上卡座3右段的卡槽6卡接配合,使座椅位置降低,如图3所示,所述下卡座2的内部开设有凹槽,用来放置支撑柱8。

[0029] 其中,所述连接座7内部的下方开设有与支腿1相铰接的圆孔,所述连接座7内部的上方开设有与上卡座3相铰接的长条孔,使得上卡座3可以上下移动。

[0030] 其中,所述伸缩杆10上设置有可弹出的卡头和卡头槽,使得伸缩杆10在伸缩后可固定住位置。

[0031] 其中,所述挡腿板12的顶部设置有盒盖,所述L形板11的顶部开设有与插销13对应的插槽,所述挡腿板12的底部和插销座14的内部均开设有与插销13对应的插孔,训练状态下,把插销13插在挡腿板12和L形板11之间,加强挡腿板12的稳定性,家用状态下,把插销13插在插销座14内。

[0032] 其中,所述踏板15的旋转范围为一百八十度,根据不同的模式调整踏板的位置以便更好的支撑脚部,腿外展训练模式下,由于是双腿放在两个L形板11之间向外张开,因此需要把踏板15转至内侧,腿内收训练模式下,由于是双腿夹住两个L形板11向内并拢,因此需要把踏板15转至外侧。

[0033] 其中,所述拉力支座一16和拉力支座二17相对面的一侧均设置有与拉簧18对应的且数量相等的挂钩,可通过挂钩安装不同数量的拉簧18来调整训练强度。

[0034] 本实施例的具体使用方式与作用:

[0035] 本实用新型中,训练状态的使用情况下,向上提拉并向右转动座椅本体4,使下卡座2上的卡块5全部卡在上卡座3的卡槽6内,此时踏板15位于支腿1底部水平段的上方,两个L形板11可水平转动,将插销13插在挡腿板12和L形板11之间使挡腿板12固定住,然后在两个拉力支座一16之间安装上拉簧18,并将踏板15转至内侧,人员可坐在座椅本体4上进行腿外展训练,在前后两组拉力支座一16和拉力支座二17之间均安装上拉簧18,并将踏板15转至外侧,人员可坐在座椅本体4上进行腿内收训练,家用状态的使用情况下,取下拉簧18并放在收纳袋19里,抽出插销13并插在插销座14上,向下翻转折叠挡腿板12,并推动伸缩杆

10使L形板11收缩进座椅本体4的下方,向上提拉并向左转动座椅本体4,使下卡座2的左段与上卡座3的右段配合,使座椅本体4的高度降低,进而使落座人员的脚部能接触到地面,可将该器械作为座椅来进行日常使用,该器械不仅结构简单轻巧,占用空间小,且训练和家用两种使用方式切换方便,一般的家庭均可配备使用,便于推广。

[0036] 利用本实用新型所述技术方案,或本领域的技术人员在本实用新型技术方案的启发下,设计出类似的技术方案,而达到上述技术效果的,均是落入本实用新型的保护范围。

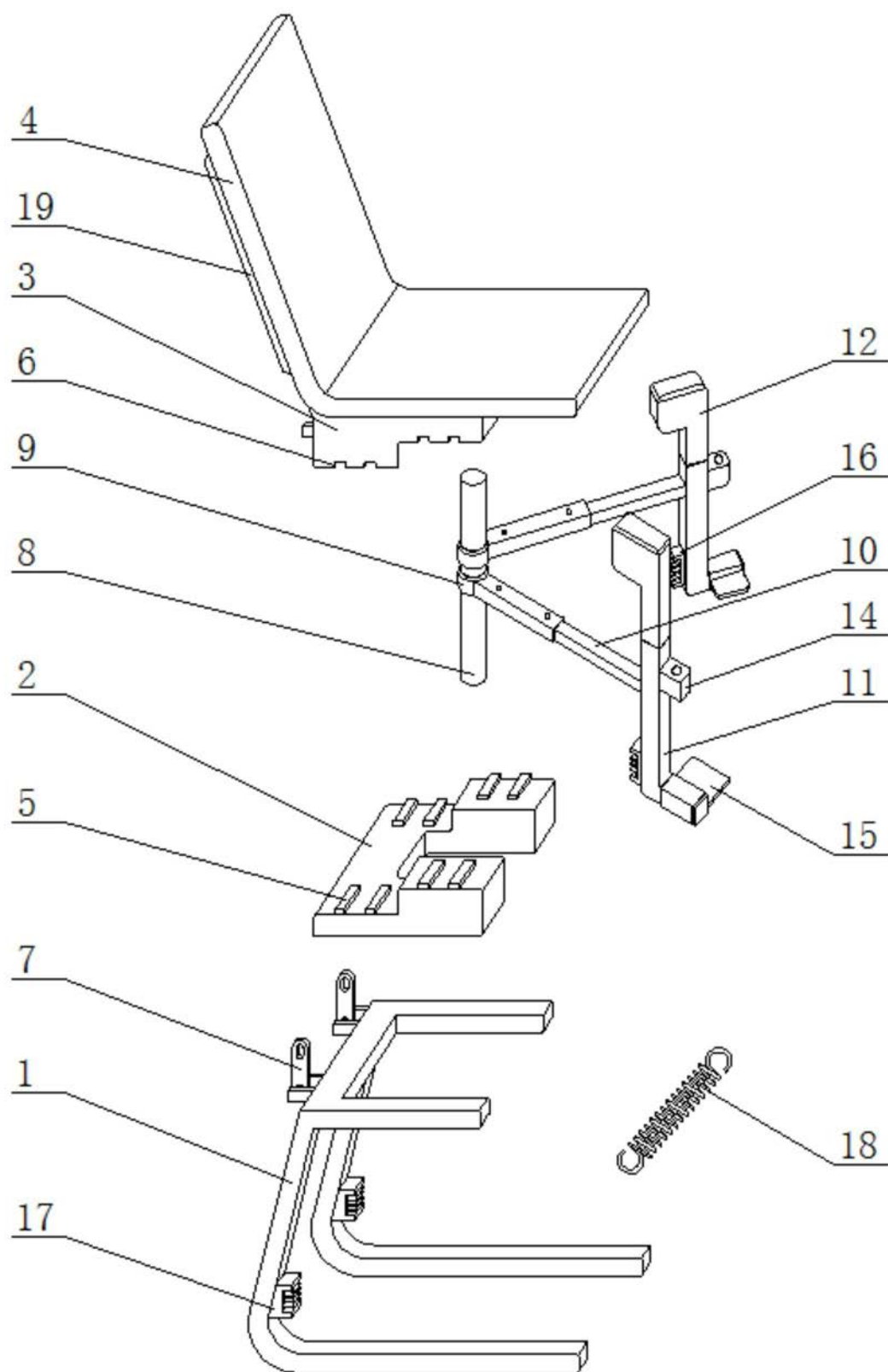


图1

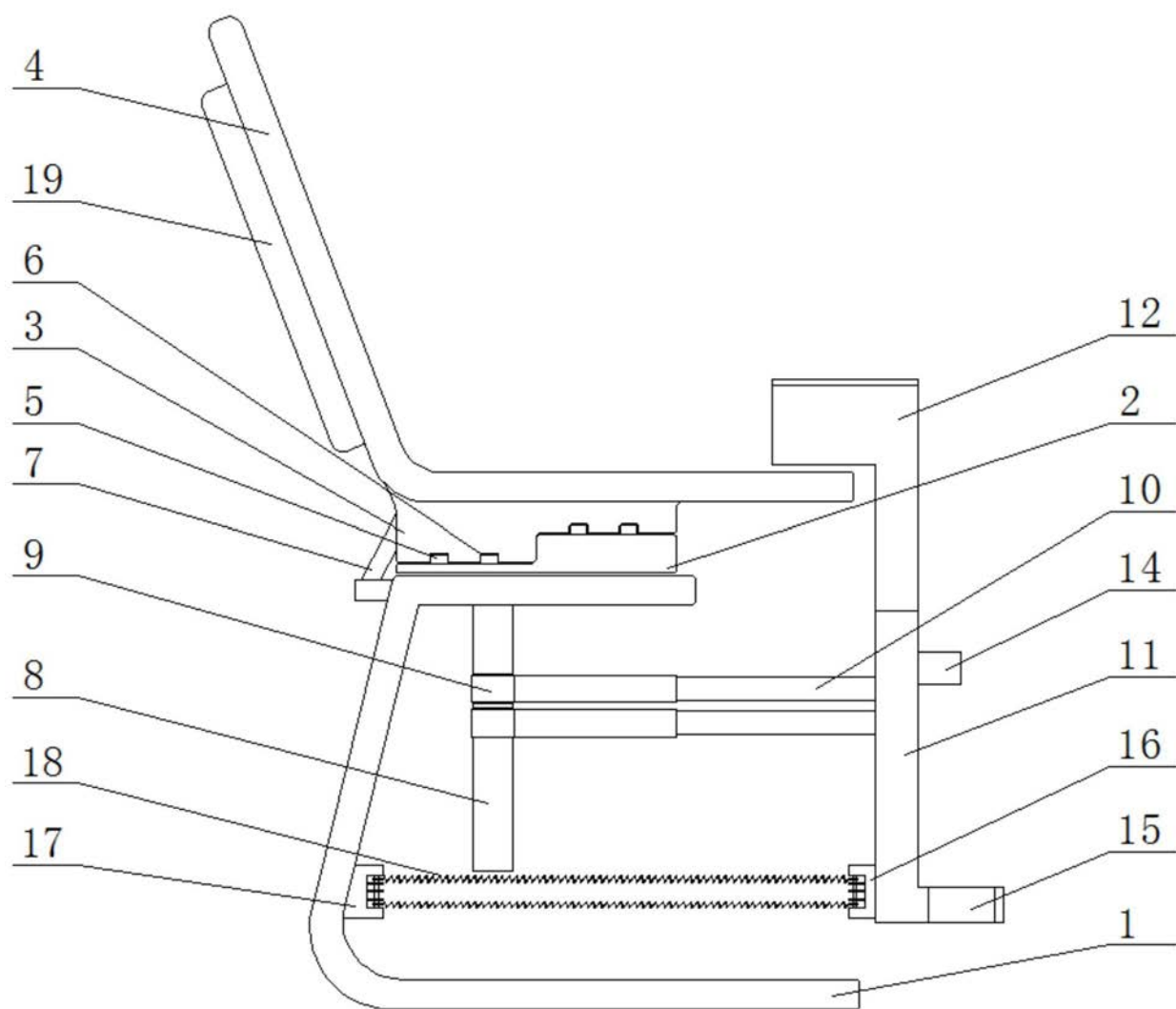


图2

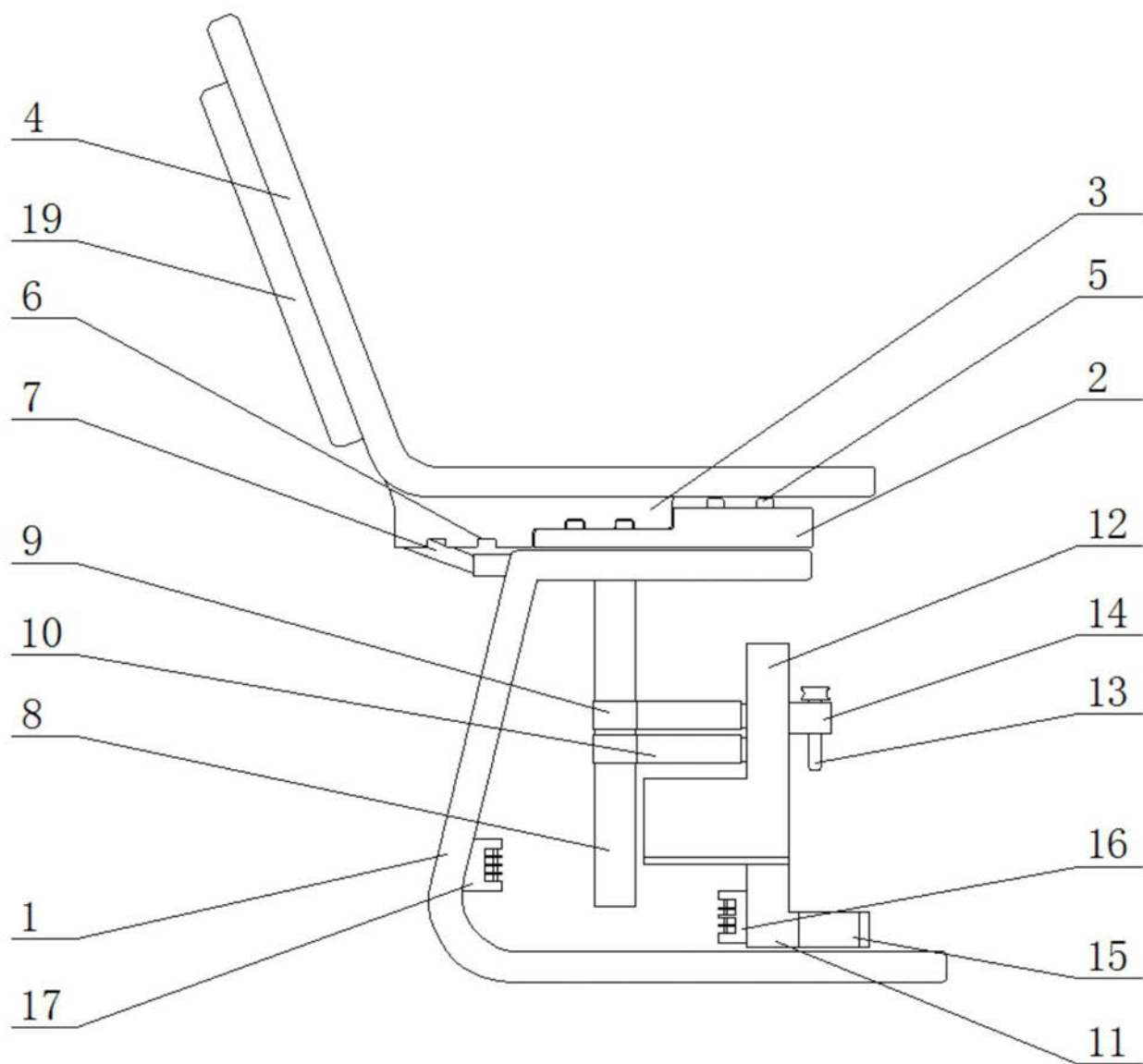


图3

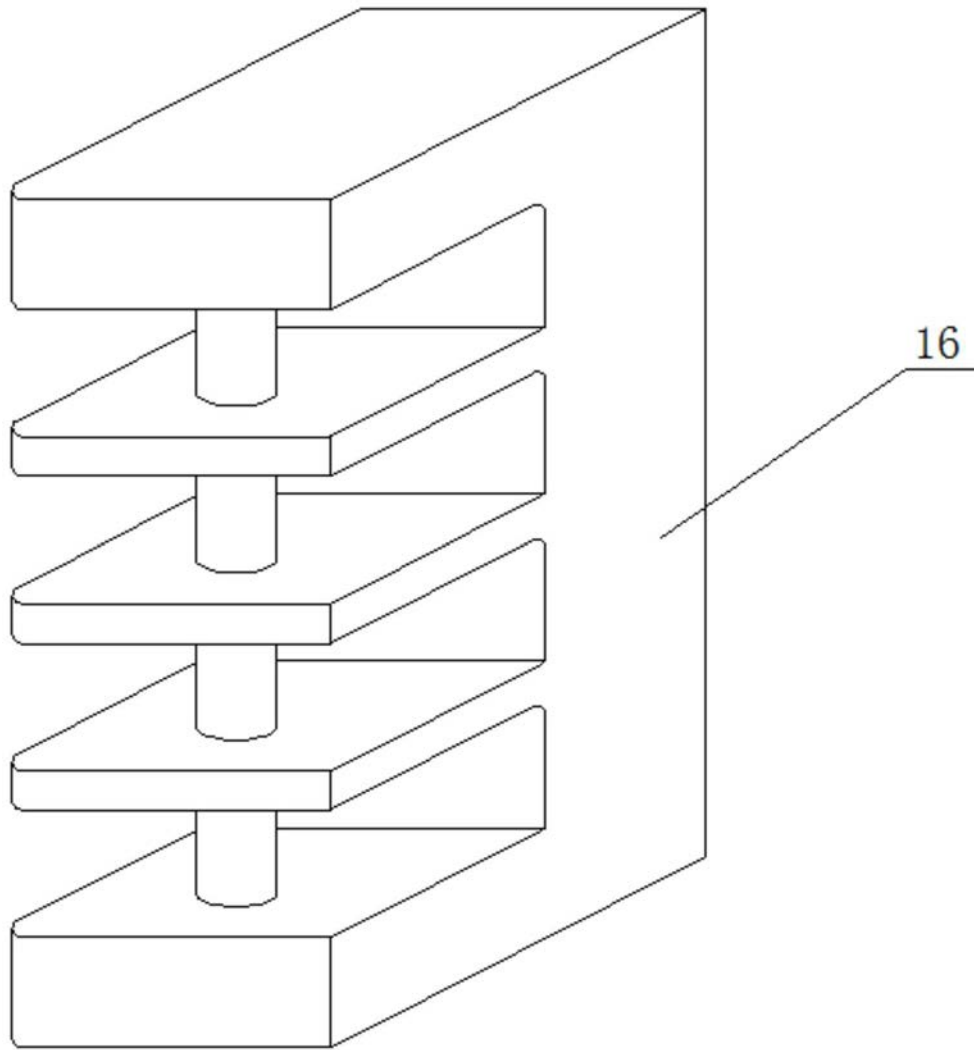


图4

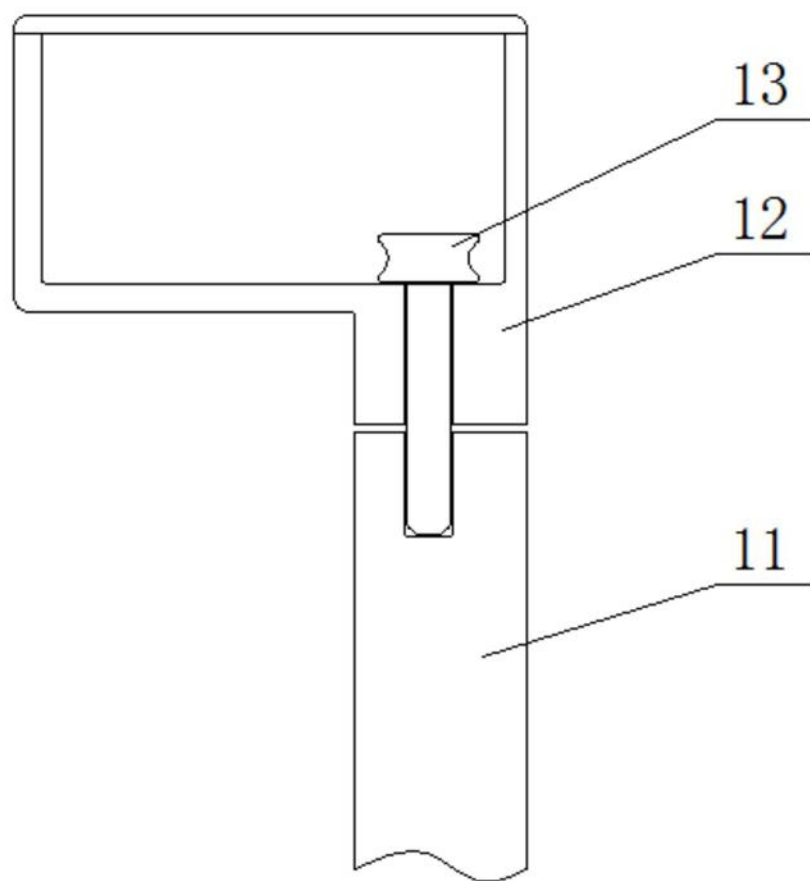


图5