



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 205796384 U

(45)授权公告日 2016.12.14

(21)申请号 201620710254.7

(22)申请日 2016.07.06

(73)专利权人 岱宇国际股份有限公司

地址 中国台湾台北市中山区松江路111号
12楼

(72)发明人 郝国武

(74)专利代理机构 北京中原华和知识产权代理
有限责任公司 11019

代理人 寿宁 张华辉

(51)Int.Cl.

A63B 23/02(2006.01)

A63B 23/12(2006.01)

(ESM)同样的发明创造已同日申请发明专利

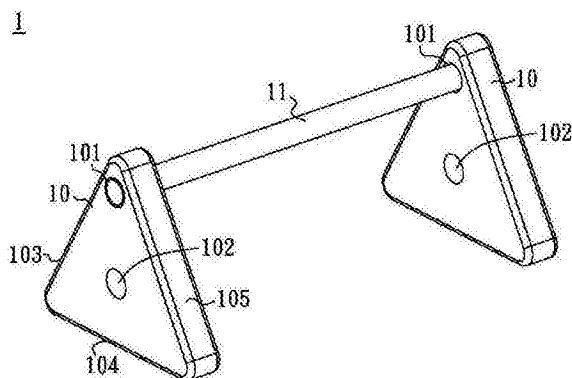
权利要求书1页 说明书4页 附图3页

(54)实用新型名称

运动装置

(57)摘要

一种运动装置,适于供用户做伏地挺身,包含二个支撑架与一握杆。每个该支撑架具有多个支撑面或支撑点以及多个孔。其中一或多个支撑面或支撑点用以支撑地面,该握杆连接该二个支撑架的相对应孔,从而调整该握杆的高度。



1. 一种运动装置,适于供用户做伏地挺身,其特征在于:包含:
二个支撑架,每个该支撑架具有多个支撑面或支撑点以及多个孔,该多个孔包含第一孔与第二孔,该一或多个该支撑面或支撑点用以支撑地面;
握杆,连接该二个支撑架的该第一孔或该第二孔。
2. 根据权利要求1所述的运动装置,其特征在于:其中该第二孔是设置于该支撑架的中心线。
3. 根据权利要求1所述的运动装置,其特征在于:其中该第二孔是偏移于该支撑架的中心线。
4. 根据权利要求1所述的运动装置,其特征在于:其中该多个孔更包含第三孔,该第三孔偏移于该支撑架的中心线。

运动装置

技术领域

[0001] 本实用新型是关于一种适于做伏地挺身的运动装置。

背景技术

[0002] 伏地挺身(Push-up;俯卧撑、掌上压),是常见的健身运动,在面朝下的俯卧姿势,以手臂撑起与降下身体。伏地挺身主要锻炼的肌肉群有胸大肌和肱三头肌,同时还锻炼三角肌前束、前锯肌和喙肱肌及身体的其他部位。伏地挺身在日常锻炼和体育课上,特别是在军事体能训练中是一项基本训练。

[0003] 为推广此简单有效的运动,申请人提出一种辅助运动装置,使提升伏地挺身的训练效果。

发明内容

[0004] 本实用新型的目的在于:提出一种辅助运动装置,使提升伏地挺身的训练效果。

[0005] 本实用新型的目的及解决其技术问题是采用以下技术方案来实现的。

[0006] 根据本实用新型一个实施例,一种运动装置,适于供用户做伏地挺身,包含二个支撑架与一握杆。每个该支撑架包含多个支撑面或支撑点以及多个孔。其中该一或多个支撑面或支撑点用以支撑地面,该多个孔包含一第一孔与一第二孔。该握杆连接该二个支撑架的该第一孔或该第二孔。

[0007] 本实用新型的目的及解决其技术问题还可采用以下技术措施来进一步实现。

[0008] 在一实施例,该第二孔是设置于该支撑架的中心线。

[0009] 在一实施例,该第二孔是偏移于该支撑架的中心线。

[0010] 在一实施例,该多个孔更包含一第三孔,该第三孔偏移于该支撑架的中心线。

[0011] 本实用新型的优点:可增加挺身时的深度,加强锻炼效果。再者,借由更换不同的使用高度,可训练不同部位的肌肉。

附图说明

[0012] 图1是根据本实用新型一实施例的运动装置的立体图。

[0013] 图2是根据本实用新型一实施例的可调整使用高度的运动装置的立体图。

[0014] 图3A至3C是图1可具有三种不同的使用高度的运动装置的示意图。

[0015] 图4A至4D是根据本实用新型另一实施例的可具有四种不同的使用高度运动装置的示意图。

[0016] 图5是根据本实用新型另一实施例的运动装置的示意图。

[0017] [符号的说明]

[0018] 1:运动装置 10:支撑架

[0019] 10':支撑架 11:握杆

[0020] 101:第一孔 102:第二孔

[0021]	103:第一支撑面	104:第二支撑面
[0022]	105:第三支撑面	106:第三孔
[0023]	H1:第一高度	H2:第二高度
[0024]	H3:第三高度	H4:第四高度

具体实施方式

[0025] 以下将详述本案的各实施例,并配合图式作为例示。除了这些详细描述之外,本实用新型还可以广泛地施行在其他的实施例中,任何所述实施例的轻易替代、修改、等效变化都包含在本案的范围内,并以之后的专利范围为准。在说明书的描述中,为了使读者对本实用新型有较完整的了解,提供了许多特定细节;然而,本实用新型可能在省略部分或全部这些特定细节的前提下,仍可实施。此外,众所周知的步骤或组件并未描述于细节中,以避免造成本实用新型不必要之限制。图式中相同或类似之组件将以相同或类似符号来表示。特别注意的是,图式仅为示意之用,并非代表组件实际的尺寸或数量,除非有特别说明。

[0026] 图1是根据本实用新型一实施例的运动装置1的立体图。此运动装置1用于辅助用户做健身运动,例如伏地挺身。通常,运动装置1是两个一组同时使用,一个供左手握持,另一个供右手握持。

[0027] 如图1所示,每个运动装置1包含两个支撑架10以及一或多个握杆11。每个支撑架10具有多个孔,而握杆11用于连接两个支撑架10于相对应的孔。例如,在本较佳实施例,每个支撑架10具有第一孔101以及第二孔102,而握杆11连接于两个支撑架10的第一孔101。或者,如图2所示,握杆11连接两个支撑架10的第二孔102。当两个运动装置1同时使用时,使用者的左手握住一个运动装置1的握杆11,右手握住另一个运动装置1的握杆,如此可进行伏地挺身运动。如图1所示,每个支撑架10具有多个支撑面,例如,三个支撑面103/104/105,而其中一或多个支撑面,例如第二支撑面104,与地面接触。在本实用新型其他实施例,每个支撑架10可具有多个支撑点,其中一或多个支撑点,用以与地面接触。在本实用新型其他实施例,每个支撑架10可具有数量多于两个的孔。

[0028] 本实用新型实施例运动装置1,可根据用户需求,调整使用高度,以训练不同的肌肉部位。图3A至图3C是根据图1的可以调整三种使用高度的运动装置1,。如图3A所示,当握杆11连接两个支撑架10于第一孔101,并且以第二支撑面104接触地面,则运动装置1具有第一使用高度H1。如图3C所示,当握杆11连接两个支撑架10于第二孔102,并且以第二支撑面104接触地面,则运动装置1具有第二使用高度H2。如图3B所示,当握杆11连接两个支撑架10于第二孔102,且支撑架10倒向左侧或右侧(在本例倒向左侧,并且以第一支撑面103接触地面),则运动装置1具有第三使用高度H3。在本实施例,第一使用高度H1大于第二使用高度H2,而第二使用高度H2大于第三使用高度H3。

[0029] 如图3A至3C所示,在本实施例,第二孔102是设置于支撑架10的中心在线。因此,无论支撑架10倒向左侧或右侧,都会有相同的第三使用高度H3。图4A至4C为根据本实用新型另一实施例运动装置的支撑架10'的示意图。在本实施例,第二孔102并未设置于中心线,而是偏移于中心线设置。如图4A所示,当握杆11连接两个支撑架10'于第一孔101,并且以第二支撑面104接触地面,则运动装置1具有第一使用高度H1。如图4B所示,当握杆11连接两个支撑架10'于第二孔102,并且以第二支撑面104接触地面,则运动装置1具有第一使用高度H2。

如图4C所示,当握杆11连接两个支撑架10'于第二孔102,并且以第一支撑面103接触地面,则运动装置1具有第一使用高度H3。如图4D所示,当握杆11连接两个支撑架10'于第二孔102,并且以第三支撑面105接触地面,则运动装置1具有第一使用高度H4。

[0030] 图5显示根据本实用新型另一实施例运动装置的支撑架10'。此实施例中,每个支撑架10'可具有第一孔101、第二孔102,以及第三孔106。其中,第二孔102和第三孔106皆为偏移于支撑架10'的中心线设置。较佳的,第二孔102和第三孔106是对称于支撑架10'的中心线设置。

[0031] 根据本实用新型实施例,与两个支撑架10/10'搭配的握杆11的数量可不限于一个,使用者可自行更换为其他长度的握杆11。借由更换不同长度的握杆11,可进行不同方式的训练。此外,握杆11的材质可选用稍具弹性的材质,例如热塑性橡胶(TPR, Thermo-Plastic-Rubber material);或者,握杆11可以是刚材且其表面包覆具有弹性的材料。此外,支撑架10/10'的材质,可以是木质,或者塑料。

[0032] 在上述实施例中,支撑架10/10'的外观仅为例示,并不限于三角形,也可以是其他形状或多边形。在本实用新型另一实施例,支撑架10可为星状。此外,支撑架10/10'可具有挖孔或镂空的设计。此外,支撑架10/10'与握杆11之间的固定,可以通过螺固、紧配合,或其他方式固定。例如,握杆11的两端,可具有螺纹,其中每一端通过支撑架10/10'的一个孔,例如第一孔101或第二孔102后,与一个外旋钮(未图示)固定,该外旋钮的外径大于孔,例如第一孔101或第二孔102的外径,该外旋钮具有内螺纹与握杆11的螺纹啮合。

[0033] 本实用新型实施例的运动装置1,适合作为伏地挺身运动的良好辅助器材。此外,于进行伏地挺身运动时,可增加挺身时的深度,加强锻炼效果。再者,借由更换不同的使用高度,可训练不同部位的肌肉。

[0034] 本说明书所揭露的每个/全部实施例,本领域熟悉技艺人士可据此做各种修饰、变化、结合、交换、省略、替代、相等变化,只要不会互斥者,皆属于本实用新型的概念,属于本实用新型的范围。可对应或与本案所述实施例特征相关的结构或方法,及/或创作人或受让人任何申请中、放弃,或已核准的申请案,皆并入本文,视为本案说明书的一部分。所并入的部分,包含其对应、相关及其修饰的部分或全部,(1)可操作的及/或可建构的(2)根据熟悉本领域技艺人士修饰成可操作的及/或可建构的(3)实施/制造/使用或结合本案说明书、本案相关申请案,以及根据熟悉本领域技艺人士的常识和判断的任何部分。

[0035] 除非特别说明,一些条件句或字词,例如可以(can)、可能(could)、也许(might),或可(may),通常是试图表达本案实施例具有,但是也可以解释成可能不需要的特征、组件,或步骤。在其他实施例中,这些特征、组件,或步骤可能是不需要的。

[0036] 本文前述的文件,其内容皆并入本文,视为本案说明书的一部分。本实用新型提供的实施例,仅作为例示,不是用于限制本实用新型的范围。本实用新型所提到的特征或其他特征包含方法步骤与技术,可与相关申请案所述的特征或结构做任何结合或变更,部分的或全部的,其可视为本案不等的、分开的、不可替代的实施例。本实用新型所揭露的特征与方法其对应或相关者,包含可从文中导出互斥者,以及熟悉本领域技艺人士所做修饰者,其部分或全部,可以是(1)可操作的及/或可建构的(2)根据熟悉本领域技艺人士的知识修饰成可操作的及/或可建构的(3)实施/制造/使用或结合本案说明书的任何部分,包含(I)本实用新型或相关结构与方法的任何一个或更多部分,及/或(II)本实用新型所述任何一

或多个创作概念及其部分的内容的任何变更及/或组合,包含所述任何一或多个特征或实施例的内容的任何变更及/或组合。

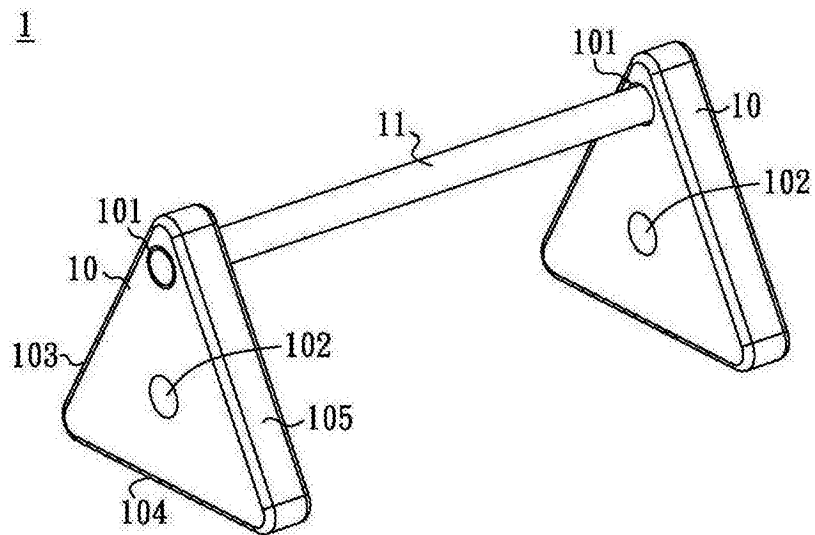


图1

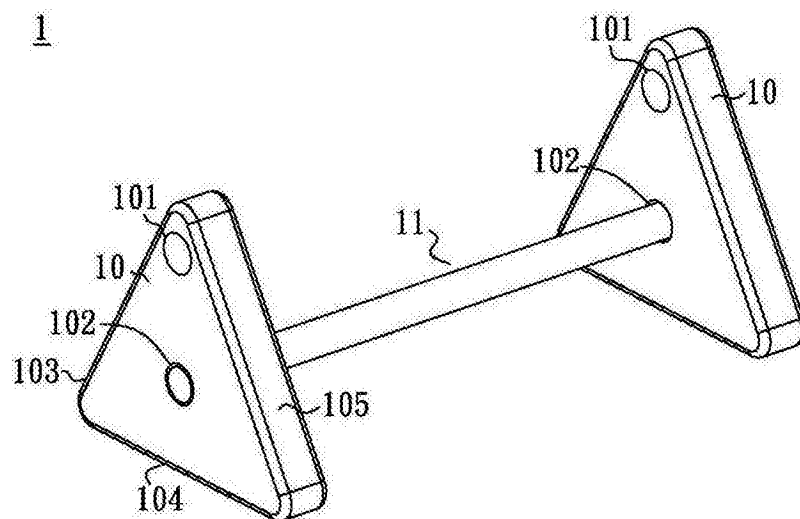


图2

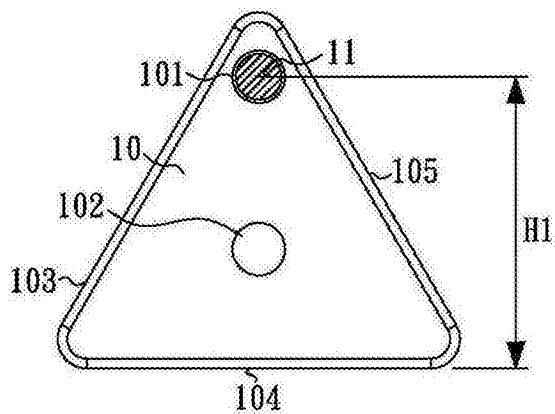


图3A

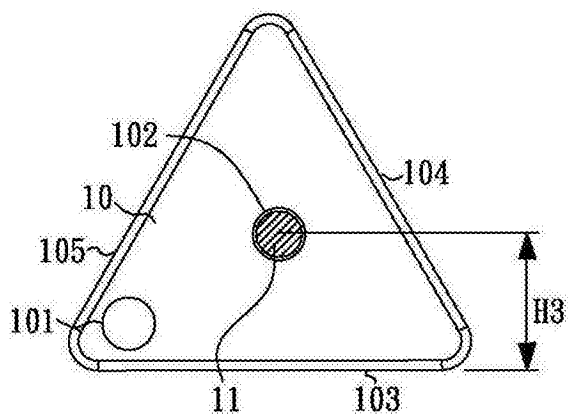


图3B

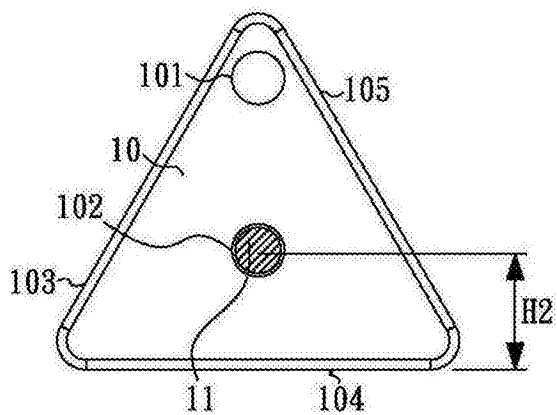


图3C

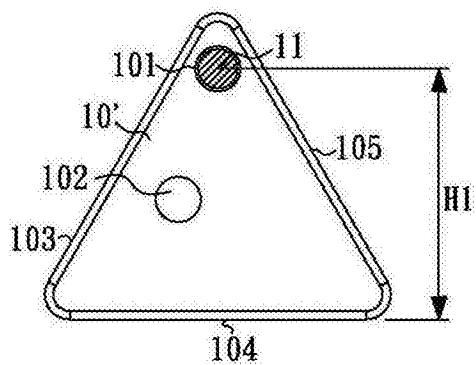


图4A

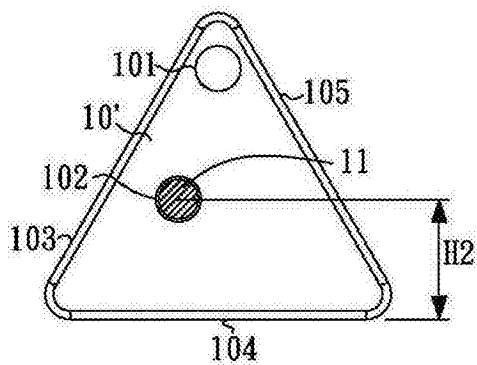


图4B

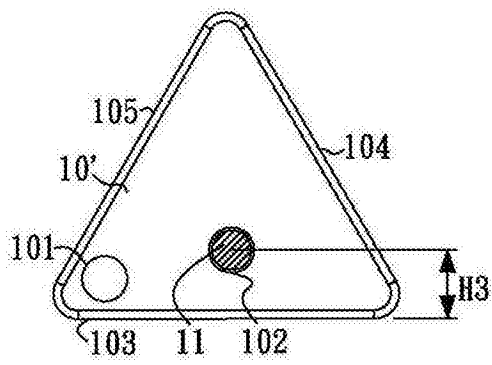


图4C

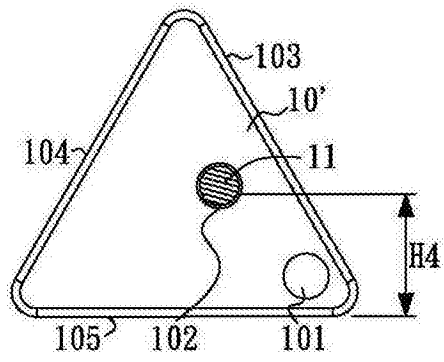


图4D

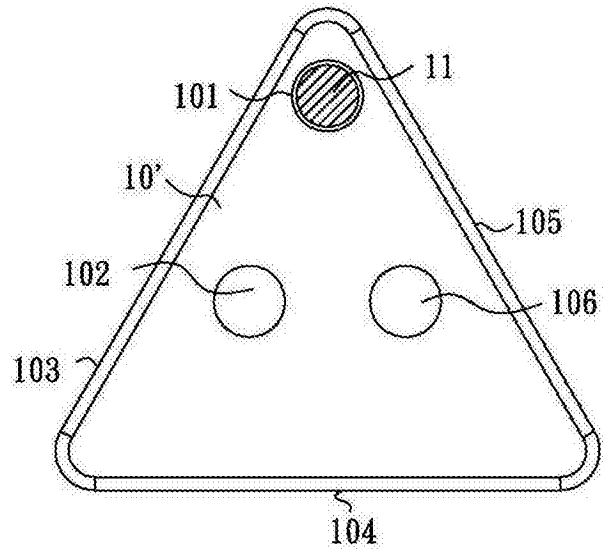


图5