(19)中华人民共和国国家知识产权局

(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 205360377 U
(45)授权公告日 2016.07.06

(21)申请号 201620139712.6

(22)申请日 2016.02.25

(73)专利权人 河北科技大学
地址 050000 河北省石家庄市裕华东路70号

(72)发明人 李穆

(74)专利代理机构 石家庄新世纪专利商标事务所有限公司 13100
代理人 董金国

(51)Int.Cl.
A63B 21/05(2006.01)
A63B 23/12(2006.01)
A63B 23/02(2006.01)

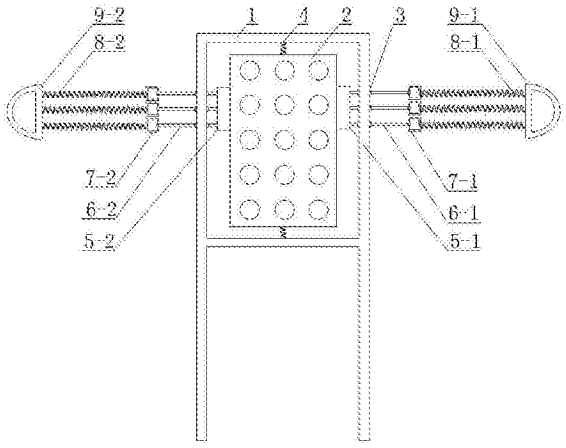
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

(54)实用新型名称

一种手臂拉伸运动按摩背部器械

(57)摘要

本实用新型涉及一种手臂拉伸运动按摩背部器械，它包括固定架、上、下两端通过复位弹簧固定在固定架上的按摩背板、通过左连接链和左拉伸弹簧与所述按摩背板左侧固定连接的左拉环、通过右连接链和右拉伸弹簧与所述按摩背板右侧固定连接的右拉环，所述固定架左、右两侧架体上设有通孔，所述左连接链穿过通孔和设置在按摩背板左侧的左限位块固定连接，所述左拉伸弹簧一端通过左固定环和左连接链连接，另一端设有左拉环，所述右连接链穿过通孔和按摩背板右侧的右限位块固定连接，所述右拉伸弹簧一端通过右固定环和右连接链固定连接，另一端设有右拉环。本实用新型使用方便，锻炼臂力、胸肌及舒缓背部肌肉。



CN 205360377 U

1.一种手臂拉伸运动按摩背部器械，其特征在于：其包括固定架(1)、上下两端通过复位弹簧(4)固定在固定架(1)上的按摩背板(2)、通过左连接链(6-1)和左拉伸弹簧(8-1)与所述按摩背板(2)左侧固定连接的左拉环(9-1)、通过右连接链(6-2)和右拉伸弹簧(8-2)与所述按摩背板(2)右侧固定连接的右拉环(9-2)；

所述固定架(1)左、右两侧的架体上设置有通孔(3)，所述左连接链(6-1)穿过通孔(3)和设置在按摩背板(2)左侧的左限位块(5-1)固定连接，所述左拉伸弹簧(8-1)一端通过左固定环(7-1)和所述左连接链(6-1)固定连接，另一端设有可供手部握持的左拉环(9-1)；

所述右连接链(6-2)穿过通孔(3)和设置在按摩背板(2)右侧的右限位块(5-2)固定连接，所述右拉伸弹簧(8-2)一端通过右固定环(7-2)和所述右连接链(6-2)固定连接，另一端设有可供手部握持的右拉环(9-2)。

2.根据权利要求1所述的一种手臂拉伸运动按摩背部器械，其特征在于：所述左拉伸弹簧(8-1)和右拉伸弹簧(8-2)设置有一个以上，相应的左固定环(7-1)、右固定环(7-2)、左连接链(6-1)、右连接链(6-2)以及通孔(3)均设置有一个以上。

3.根据权利要求1或2所述的一种手臂拉伸运动按摩背部器械，其特征在于：所述左限位块(5-1)和右限位块(5-2)均为橡胶限位块。

4.根据权利要求1所述的一种手臂拉伸运动按摩背部器械，其特征在于：所述按摩背板(2)上均匀分布有按摩凸起。

一种手臂拉伸运动按摩背部器械

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种手臂拉伸运动按摩背部器械。

背景技术

[0002] 在日常生活和工作中，多数人群没有足够的时间进行有效的体育健身运动，尤其久坐的上班族，长期久坐得不到有效锻炼，身体机能减弱，长期伏案工作，对肺部造成压抑感，体质减弱，也可引起颈椎病等疾病，从而影响正常的生活和工作。

实用新型内容

[0003] 本实用新型所要解决的技术问题是提供一种手臂拉伸运动按摩背部器械，可以锻炼臂力、胸肌以及改善背部血液循环，从而达到有效健身运动。

[0004] 本实用新型解决其技术问题所采用的技术方案如下：

[0005] 本实用新型包括固定架、上下两端通过复位弹簧固定在固定架上的按摩背板、通过左连接链和左拉伸弹簧与所述按摩背板左侧固定连接的左拉环、通过右连接链和右拉伸弹簧与所述按摩背板右侧固定连接的右拉环；

[0006] 所述固定架左、右两侧的架体上设置有通孔，所述左连接链穿过通孔和设置在按摩背板左侧的左限位块固定连接，所述左拉伸弹簧一端通过左固定环和所述左连接链固定连接，另一端设有可供手部握持的左拉环；所述右连接链穿过通孔和设置在按摩背板右侧的右限位块固定连接，所述右拉伸弹簧一端通过右固定环和所述右连接链固定连接，另一端设有可供手部握持的右拉环。

[0007] 作为优选，所述左拉伸弹簧和右拉伸弹簧设置有一个以上，相应的左固定环、右固定环、左连接链、右连接链以及通孔均设置有一个以上。

[0008] 作为优选，所述左限位块和右限位块均为橡胶限位块。

[0009] 作为优选，所述按摩背板上均匀分布有按摩凸起。

[0010] 本实用新型的积极效果如下：

[0011] (1)本实用新型可以通过手臂拉动拉环向前向后做多角度运动，进行手臂的拉伸运动和胸部舒展运动，缓解肌肉疲劳，可有效地消除肺部因伏案而造成的压抑感，舒长心肺血管，提高心肺供血氧的能力，增强心肺功能；

[0012] (2)手臂运动的同时配合做背部按摩运动，舒缓手臂和背部肌肉，调整胸背肌力平衡，防止胸椎单向侧弯，又可以预防颈椎病；

[0013] (3)固定架左、右两侧的架体上设置有通孔，可以限制拉伸装置对按摩背板的移动位置；上下两端设有复位弹簧与按摩背板固定连接，对按摩背板在左右移动的同时起缓冲复位的作用；

[0014] (4)按摩背板左、右两侧的左限位块和右限位块，采用橡胶材质，在使用的同时防止和固定架发生硬性碰撞，起到安全和保护的作用，且其上表面设置有对背部进行按摩的按摩凸起，活络背部血液循环，达到有效的健身效果；

[0015] (5)设置左连接链和右连接链，避免左拉伸弹簧和右拉伸弹簧与背板直接连接，防止与固定架产生不必要的摩擦，增加器械使用寿命；

[0016] (6)设置左固定环和右固定环，增加左连接链和左拉伸弹簧、右连接链和右拉伸弹簧之间连接的稳固效果，提高使用安全性；

[0017] (7)为了增加手臂拉伸锻炼强度，可以将左拉伸弹簧和右拉伸弹簧设置有一个以上，相应的通孔、左连接链、右连接链、左固定环和右固定环皆对应增设，达到有效锻炼效果。

附图说明

[0018] 附图1为本实用新型的结构示意图。

[0019] 在附图1中：

[0020] 1固定架、2按摩背板、3通孔、4、复位弹簧、5-1左限位块、5-2右限位块、6-1左连接链、6-2右连接链、7-1左固定环、7-2右固定环、8-1左拉伸弹簧、8-2右拉伸弹簧、9-1左拉环、9-2右拉环。

具体实施方式

[0021] 以下结合附图对本实用新型进行进一步详细的叙述。

[0022] 如附图1所示，本实用新型包括固定架1、通过上、下两端的复位弹簧4固定在固定架1上的按摩背板2、通过左连接链6-1和左拉伸弹簧8-1与所述按摩背板2左侧固定连接的左拉环9-1、通过右连接链6-2和右拉伸弹簧8-2与所述按摩背板2右侧固定连接的右拉环9-2。

[0023] 所述固定架1左、右两侧的架体上设置有通孔3，所述左连接链6-1穿过通孔3和设置在按摩背板2左侧的左限位块5-1固定连接，所述左拉伸弹簧8-1一端通过左固定环7-1和所述左连接链6-1固定连接，另一端设有可供手部握持的左拉环9-1；所述右连接链6-2穿过通孔3和设置在按摩背板2右侧的右限位块5-2固定连接，所述右拉伸弹簧8-2一端通过右固定环7-2和所述右连接链6-2固定连接，另一端设有可供手部握持的右拉环9-2，为了增加手臂拉伸锻炼强度，本实施例将左拉伸弹簧8-1和右拉伸弹簧8-2设置为三个，相应的通孔3、左连接链6-1、右连接链6-2、左固定环7-1和右固定环7-2皆对应设置为三个。

[0024] 所述左限位块5-1和右限位块5-2均为橡胶限位块，使用的同时防止和固定架发生硬性碰撞，起到安全和保护的作用，所述按摩背板2上均匀分布有按摩凸起，活络背部血液循环，达到有效的健身效果。

[0025] 使用本实用新型时，站在固定架1前，背靠在按摩背板2上，用手分别握住左拉环9-1和右拉环9-2，左手臂拉动左拉环9-1，向前向后做多角度拉伸运动，带动按摩背板2移动，左限位块5-1与固定架1紧挨，右手臂拉动右拉环9-2做重复运动，手臂来回多角度拉伸运动，得到臂部肌肉和胸部肌肉的有效锻炼，同时按摩背板2在手臂来回拉伸的同时，也对背部进行按摩，并且按摩背板上表面设有按摩凸点，活络背部血液循环；协调配合有氧运动，舒缓臂部、胸部及背部肌肉，调整胸背肌力平衡，防止胸椎单向侧弯，又可以预防颈椎病，同时有效地消除肺部因伏案而造成的压抑感，舒长心肺血管，提高心肺供血氧的能力，增强心肺功能。

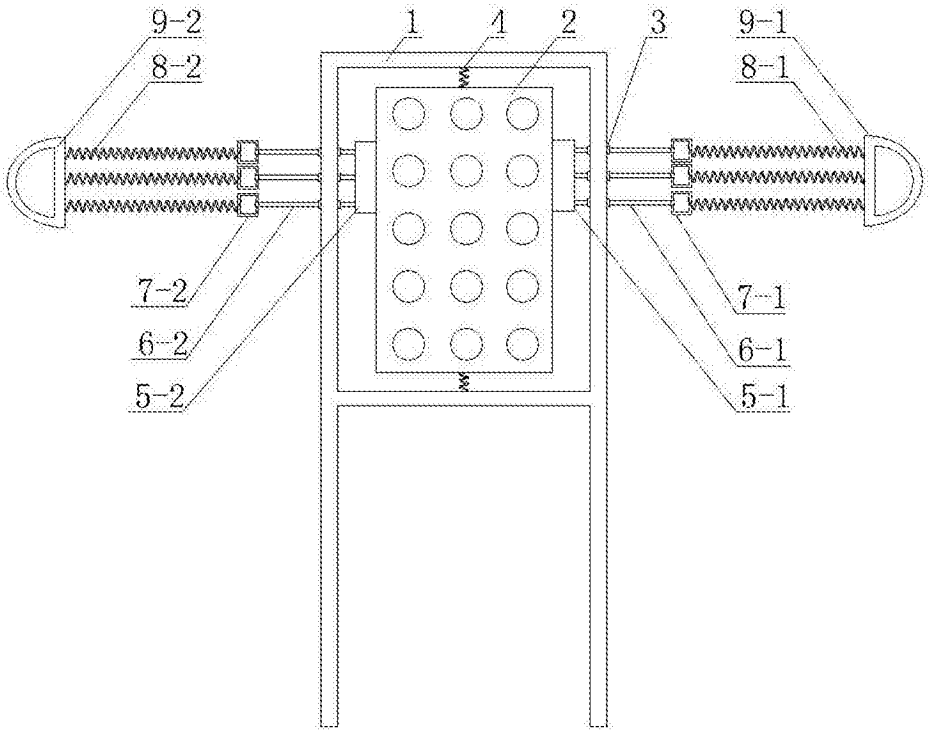


图1