



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 201643545 U

(45) 授权公告日 2010. 11. 24

(21) 申请号 201020156692. 6

(22) 申请日 2010. 04. 12

(73) 专利权人 吴利明

地址 311202 浙江省杭州市萧山区城厢街道
文化路 308 号

(72) 发明人 吴利明

(51) Int. Cl.

A63B 23/025(2006. 01)

A63B 21/055(2006. 01)

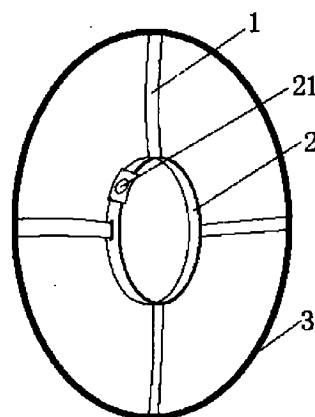
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

(54) 实用新型名称

颈肌锻炼圈

(57) 摘要

本实用新型提供一种能有效的进行颈肌锻炼的颈肌锻炼圈。本实用新型是这样实现的：一种颈肌锻炼圈，其特征为：由圈架、弹性带和额套组成，圈架与弹性带连接，弹性带与额套连接。所述的弹性带由弹性材料制成。本实用新型结构简单，制造方便，使用操作容易，易于人们接受，并能有效的进行颈肌锻炼。



1. 颈肌锻炼圈,其特征为:由圈架、弹性带和额套组成,圈架与弹性带连接,弹性带与额套连接。

2. 如权利要求 1 所述的颈肌锻炼圈,其特征在于:所述的弹性带由弹性材料制成。

颈肌锻炼圈

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种颈肌锻炼圈,属于健身器材。

背景技术

[0002] 颈椎病已成为目前比较普遍的病,大多数颈椎病都是由于经常保持某一姿势,头部重量压迫颈椎而引起的。人们发现颈肌发达的人群颈椎患病率低的多,究其原因颈肌发达能使颈肌承受住部分头部的压力,有效的减少头部对颈椎的承受力。加强颈肌锻炼能有效的防止颈椎病的发生,也是治疗颈椎病的一种无副作用的好方法。目前,锻炼颈肌的方法不多,主要是颈肌操之类。由于头部的特殊位置,头部重总是承受在颈椎上,人们往往不容易对颈肌进行锻炼,也没有一种人们喜爱的专门用于颈肌训练的器材。

实用新型内容

[0003] 本实用新型提供一种能有效的进行颈肌锻炼的颈肌锻炼圈。

[0004] 本实用新型是这样实现的:一种颈肌锻炼圈,其特征为:由圈架、弹性带和额套组成,圈架与弹性带连接,弹性带与额套连接。

[0005] 所述的弹性带由弹性材料制成。

[0006] 本实用新型结构简单,制造方便,使用操作容易,易于人们接受,并能有效的进行颈肌锻炼。

附图说明

[0007] 图 1 为本实用新型结构示意图。

[0008] 图 2 为本实用新型增加额套组件的结构示意图。

[0009] 图 3 为本实用新型增加弹性带的结构示意图。

[0010] 图 4 为本实用新型的另一种形式结构示意图。

[0011] 图中标号依次为:弹性带 1、圈式弹性带 11、连接带 12、额套 2、额套锁紧扣 21、额套衬带 22、额套下颚带 23、圈架 3、圈架口 31。

具体实施方式

[0012] 如图 1 所示,圈架 3 做成圆形,实际中可以根据美观角度制成各种形状,材质以受弹性带 1 牵引不变形的材料制成,圈架 3 上固定弹性带 1 的一端;弹性带 1 由弹性材料制成(图 1 中设置了四条弹性带 1),弹性带 1 可以受牵引而产生伸缩;额套 2 上固定弹性带 1 的另一端,额套 2 的作用是将本装置戴在头上,额套 2 戴在额头部,额套锁紧扣 21 的作用是根据不同人的头的大小,调节额套 2 的大小,使额套 2 紧套在使用者额头部。

[0013] 本实用新型的使用方法是:将额套 2 戴在头上,用额套锁紧扣 21 调好松紧程度;人站立,眼平视,双手举起握住圈架 3 使其与额套 2 在一水平面上,双手握住圈架 3 不动,身体不动,只前后左右运动头,由于头固定在额套 2 上,额套 2 牵引弹性带 1,从而使头部受到

弹性带 1 的抵抗力,达到锻炼颈肌的目的。

[0014] 如图 2 所示,为了更好的将额套 2 固定在头部,本装置根据需要增设额套衬带 22、额套下颚带 23:额套衬带 22 的作用是防止额套 2 下滑,额套下颚带 23 套在下巴处,防止额套 2 上移。

[0015] 如图 3 所示,为了加强弹力和弹力的均衡,根据弹性材质增设弹性带 1 的数量,图 3 中为 7 根弹性带 1 的例子。

[0016] 如图 4 所示,为本实用新型的另一种形式结构示意图:圈架 3 制成管状或象自行车钢圈式的形状,图 4 为圈架 3 制成象自行车钢圈式的形状,上设圈架口 31,本装置的弹性带 1 由圈式弹性带 11、连接带 12 组成(图 4 中为四根连接带 12 的例子),圈式弹性带 11 由弹性材料制成、连接带 12 由非弹性材料制成,圈式弹性带 11 套装在圈架 3 上,圈式弹性带 11 与额套 2 通过连接带 12 相连,圈架口 31 供圈式弹性带 11 被拉伸长部分进出,连接带 12 受额套 2 的拉力能使圈式弹性带 1 被拉长,从而产生弹性力。

[0017] 本实用新型装置可演变做成腰肌锻炼圈,将额套 2 改制成人们皮带式的腰带,将腰带戴在腰上,手握本实用新型装置与腰齐站立,扭动腰身进行腰肌锻炼。

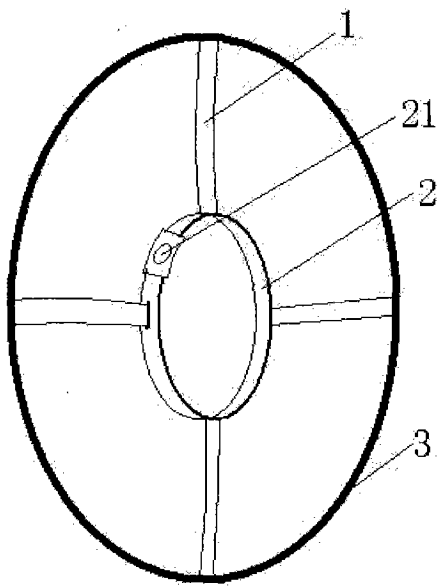


图 1

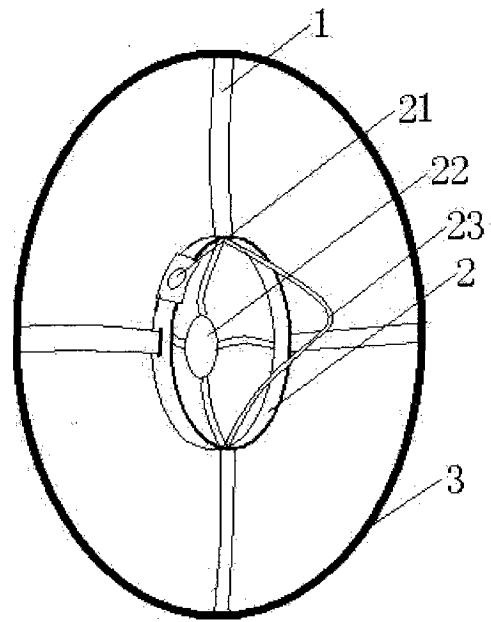


图 2

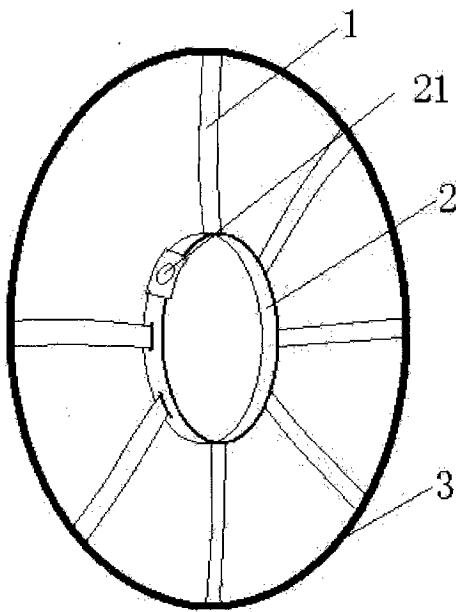


图 3

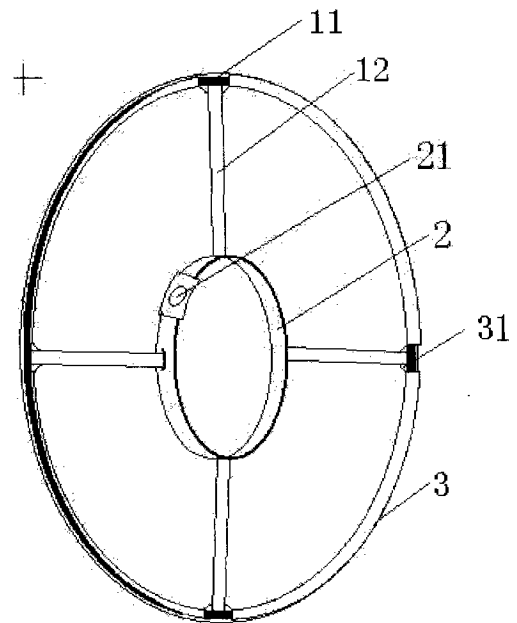


图 4