(19)中华人民共和国国家知识产权局

(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 102553163 A
(43)申请公布日 2012.07.11

(21)申请号 201010624045.8

(22)申请日 2010.12.31

(71)申请人 山东理工大学
地址 255000 山东省淄博市高新技术产业开发区高创园D座1012室

(72)发明人 邹勇 齐国强 刘卫 李丰祥

(51)Int.Cl.
A63B 23/04(2006.01)
A63B 21/06(2006.01)

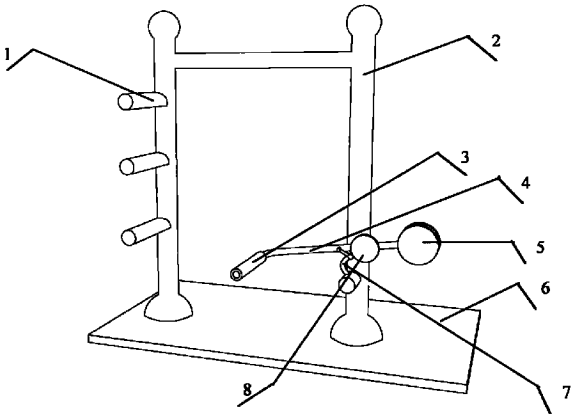
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

(54)发明名称

大腿杠铃练习器

(57)摘要

一种大腿杠铃练习器，属于运动训练器材领域。支架(2)固定在底座(6)上，把手(1)焊接在支架(2)的一侧，连接杆(4)连接转轴(8)通过弧形支撑杆(7)固定在支架(2)的另一侧的下部，连接杆(4)一端安装靠柄(3)，另一端安装杠铃片(5)。本发明结构简单，体积小、不受场地和时间限制搬运方便，容易操作，适用范围广泛，是学校及家庭必备的健身器械。



CN 102553163 A

1. 大腿杠铃练习器，其特征在于：支架 (2) 固定在底座 (6) 上。

2. 根据权利要求 1 所述的大腿杠铃练习器，其特征在于：把手 (1) 焊接在支架 (2) 的一侧，连接杆 (4) 连接转轴 (8) 通过弧形支撑杆 (7) 固定在支架 (2) 的另一侧的下部。

3. 根据权利要求 1 所述的大腿杠铃练习器，其特征在于：连接杆 (4) 一端安装靠柄 (3)，另一端安装杠铃片 (5)。

大腿杠铃练习器

技术领域

[0001] 本发明涉及一种大腿杠铃练习器，属于运动训练器材领域。

技术背景

[0002] 随着全民健身运动的开展，有许多人利用早晚进行体育锻炼，由于受到时间和场地的限制满足不了这种愿望。目前虽然有许多健身器材，但对于腿部锻炼的还比较少，该发明是一种利用短短的休息时间进行腿部锻炼，既可以节省时间，又可以起到锻炼身体的健身器材，以满足人们的生活要求。体育锻炼是现代人增强体质、预防疾病、调节心理、娱悦身心、适应社会的有效方式之一，在现代社会生活中具有积极的作用。

[0003] 体育锻炼由于受场地器械的限制，有许多运动员在训练中经常发生受伤现象，重者瘫痪，轻者腰酸腿疼，给运动生涯带来许多不便。该大腿杠铃练习器创造后给运动员在训练中带来辅助的练习效果。也可以在家庭和办公娱乐场所使用，是学校及家庭必备的健身器械。

发明内容

[0004] 根据以上现有技术中的不足，本发明要解决的技术问题是：提供一种结构简单，操作实用，不受场地和时间限制的大腿杠铃练习器。

[0005] 本发明解决其技术问题所采用的技术方案是：该大腿杠铃练习器，其特征在于：包括把手、支架、靠柄、连接杆、杠铃片、底座、弧形支撑杆、转轴，支架固定在底座上，把手焊接在支架的一侧，连接杆连接转轴通过弧形支撑杆固定在支架的另一侧的下部，连接杆一端安装靠柄，另一端安装杠铃片。

[0006] 使用时，人站在底座上，双手握住把手，单腿向后伸直，小腿后侧肌肉靠在靠柄上，向上用力抬腿将杠铃片下压，通过往返上下交替运动以增强大腿后侧肌群的力量。

[0007] 与现有技术相比，本发明所具有的有益效果是：人站在底座上，双手握住把手，安全系数较大，不易发生伤害事故。该大腿杠铃练习器使大腿产生压力，加快各部位血液循环，使大腿肌肉加强，提高锻炼身体的功能，有效地锻炼下肢肌肉群力量，对大腿的锻炼尤为明显，能缓解下肢酸痛症状。本发明结构简单，体积小、不受场地和时间限制，搬运方便，容易操作，比较适用于青少年、中老年、广大体育锻炼和专业体育运动员使用以及有关疾病的辅助治疗。

附图说明

[0008] 图1是本发明大腿杠铃练习器的最佳实例，其中：(1) 把手 (2) 支架 (3) 靠柄 (4) 连接杆 (5) 杠铃片 (6) 底座 (7) 弧形支撑杆 (8) 转轴

具体实施方式

[0009] 下面结合附图对本发明大腿杠铃练习器作进一步说明：

[0010] 如图所示：大腿杠铃练习器，支架 2 固定在底座 6 上，把手 1 焊接在支架 2 的一侧，连接杆 4 连接转轴 8 通过弧形支撑杆 7 固定在支架 2 的另一侧的下部，连接杆 4 一端安装靠柄 3，另一端安装杠铃片 5。

[0011] 使用时，人站在底座上，双手握住把手，单腿向后伸直，小腿后侧肌肉靠在靠柄上，向上用力抬腿将杠铃片下压，通过往返上下交替运动以增强大腿后侧肌群的力量。

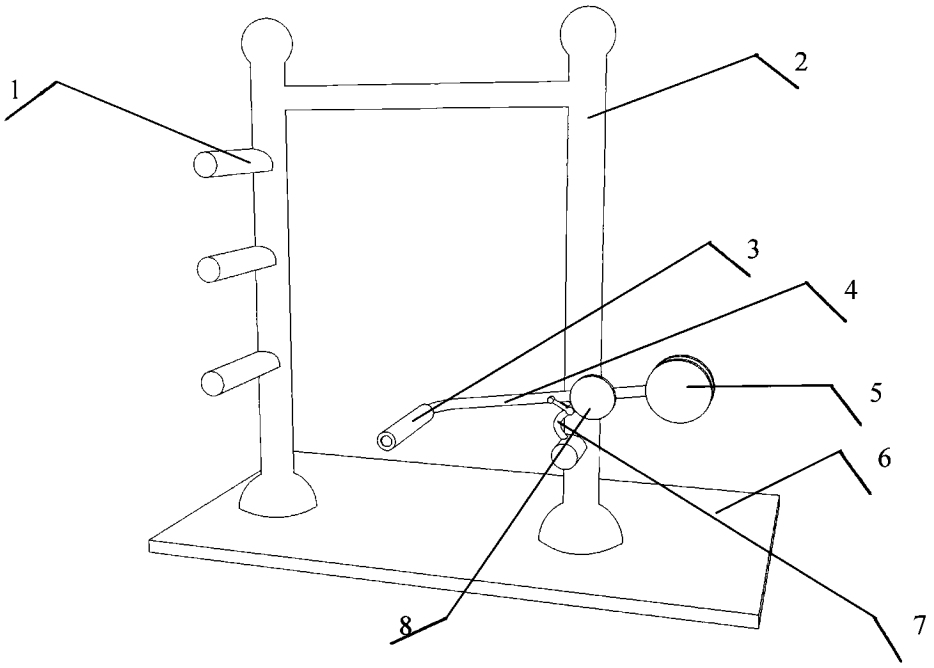


图 1