(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 201684356 U
(45)授权公告日 2010.12.29

(21)申请号 201020193907.1

(22)申请日 2010.05.10

(73)专利权人 厦门宙隆运动器材有限公司
地址 361100 福建省厦门市同安区城东工业区榕溪路32-36号

(72)发明人 周昱志

(74)专利代理机构 厦门市新华专利商标代理有限公司 35203
代理人 许伟

(51)Int.Cl.
A63B 23/02(2006.01)
A63B 23/04(2006.01)
A63B 23/12(2006.01)
A63B 21/055(2006.01)

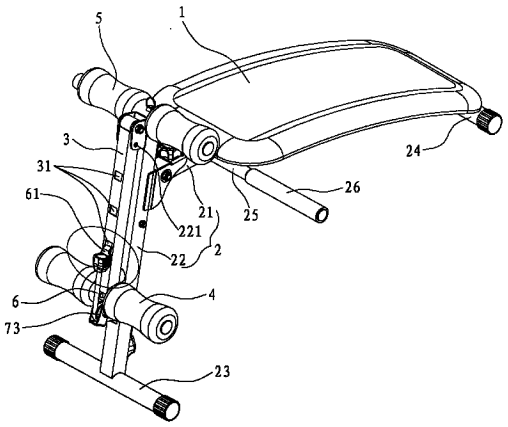
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 6 页

(54)实用新型名称

仰卧健身器

(57)摘要

本实用新型公开了一种仰卧健身器，它主要由卧板、机架、摆杆、上靠脚、下靠脚、弹力拉绳组成；所述的摆杆的上端铰接在机架的垂直支架的上端，下靠脚中部固定在摆杆的下端；所述的弹力拉绳绕接在摆杆与机架的垂直支架之间；所述的卧板固定的机架纵梁上。由于本实用新型纵梁和垂直支架构成一个三角形，安装在纵梁上的卧板亦呈下端靠地的斜向布置，当插销插在摆杆的上部与机架垂直支架上部的销孔内，摆杆不会相对机架的垂直支架摆动，可用于锻炼仰卧起座；当将插销从摆杆的上部与机架垂直支架上部的销孔内抽出，摆杆可相对机架的垂直支架摆动，弹性拉绳提供阻尼力，可用于锻炼大腿力量，故，本实用新型具有结构简单、功能齐全的优点。



CN 201684356 U

1. 一种仰卧健身器，其特征在于：它主要由卧板、机架、摆杆、上靠脚、下靠脚、弹力拉绳组成；所述的机架由纵梁、垂直支架、前底架和后底架组成，所述的纵梁的前端垂直固定在垂直支架的中部，纵梁的后端垂直固定在后底架的中部，垂直支架的上端固定在上靠脚的中部，垂直支架的下端固定在前底架的中部，纵梁和垂直支架构成一个三角形支撑；所述的摆杆的上端铰接在垂直支架的上端，下靠脚中部固定在摆杆的下端；所述的弹力拉绳绕接在摆杆与垂直支架之间；所述的卧板固定的机架纵梁上。

2. 根据权利要求 1 所述的仰卧健身器，其特征在于：所述的弹力拉绳的内端固定在垂直支架的下部，弹力拉绳的中部绕过安装在垂直支架上部的滑轮、垂直支架下部的滑轮、摆杆下端的滑轮后、其外端挂接在摆杆的中部。

3. 根据权利要求 1 所述的仰卧健身器，其特征在于：所述的摆杆上设有多个凹槽，弹力拉绳的外端上装有挂钩，该挂钩可挂接在摆杆上多个凹槽中的一个凹槽。

4. 根据权利要求 1 所述的仰卧健身器，其特征在于：在摆杆的上部与机架的垂直支架上部靠接处设有贯穿摆杆的上部与机架的垂直支架上部的销孔，在该销孔内可插接插销。

5. 根据权利要求 1 所述的仰卧健身器，其特征在于：在机架垂直支架的顶部设有放置插销的销孔。

6. 根据权利要求 1 所述的仰卧健身器，其特征在于：所述的机架好还包括扶手管，该扶手管横向穿置在纵梁上。

仰卧健身器

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种健身器，特别是涉及一种仰卧健身器。

背景技术

[0002] 随着经济的快速发展，人们对身体健康的日益重视及生活水平的不断提升，使健身保健器材的使用日益广泛，人们对健身保健器材的功能要求也越来越多，除了要求其具有锻炼肢体的功能，还希望能具有理疗、按摩、健美等其它功能。随着办公人员及白领人员数的迅速猛增，及面对巨大的社会工作压力，腰脊椎有问题的人越来越多，人们迫切希望能有一种能够对人体各个部位进行锻炼的结构简单的健身器具。

实用新型内容

[0003] 本实用新型的目的在于提供一种结构简单、功能齐全的仰卧健身器。

[0004] 为实现上述目的，本实用新型的技术解决方案是：

[0005] 本实用新型是一种仰卧健身器，它主要由卧板、机架、摆杆、上靠脚、下靠脚、弹力拉绳组成；所述的机架由纵梁、垂直支架、前底架和后底架组成，所述的纵梁的前端垂直固定在垂直支架的中部，纵梁的后端垂直固定在后底架的中部，垂直支架的上端固定在上靠脚的中部，垂直支架的下端固定在前底架的中部，纵梁和垂直支架构成一个三角形支撑；所述的摆杆的上端铰接在垂直支架的上端，下靠脚中部固定在摆杆的下端；所述的弹力拉绳绕接在摆杆与垂直支架之间；所述的卧板固定的机架纵梁上。

[0006] 所述的弹力拉绳的内端固定在垂直支架的下部，弹力拉绳的中部绕过安装在垂直支架上部的滑轮、垂直支架下部的滑轮、摆杆下端的滑轮后、其外端挂接在摆杆的中部。

[0007] 所述的摆杆上设有多个凹槽，弹力拉绳的外端上装有挂钩，该挂钩可挂接在摆杆上多个凹槽中的一个凹槽。

[0008] 在摆杆的上部与机架的垂直支架上部靠接处设有贯穿摆杆的上部与机架的垂直支架上部的销孔，在该销孔内可插接插销。

[0009] 在机架垂直支架的顶部设有放置插销的销孔。

[0010] 所述的机架好还包括扶手管，该扶手管横向穿置在纵梁上。

[0011] 采用上述方案后，由于本实用新型纵梁和垂直支架构成一个三角形，安装在纵梁上的卧板亦呈下端靠地的斜向布置，当插销插在摆杆的上部与机架垂直支架上部的销孔内，摆杆不会相对机架的垂直支架摆动，可用于锻炼仰卧起座；当将插销从摆杆的上部与机架垂直支架上部的销孔内抽出，摆杆可相对机架的垂直支架摆动，弹性拉绳提供阻尼力，可用于锻炼大腿力量，故，本实用新型具有结构简单、功能齐全的优点。

[0012] 下面结合附图和具体实施例对本实用新型作进一步的说明。

附图说明

[0013] 图 1 是本实用新型的轴测图；

[0014] 图 1A 是本实用新型挂钩与摆杆凹槽挂接图；

[0015] 图 2、图 3 是本实用新型摆杆展开和闭合的轴测图；

[0016] 图 4 是本实用新型插销拔出示意图；

[0017] 图 5- 图 9 是本实用新型练手、练腿、练腹、俯卧撑、反向练腿的示意图。

具体实施方式

[0018] 如图 1、图 3 所示，本实用新型是一种仰卧健身器，它主要由卧板 1、机架 2、摆杆 3、上靠脚 4、下靠脚 5、弹力拉绳 6 组成。

[0019] 所述的机架 2 由纵梁 21、垂直支架 22、前底架 23、后底架 24、扶手管 25 组成。所述的纵梁 21 的前端垂直固定在垂直支架 22 的中部，纵梁 21 的后端垂直固定在后底架 24 的中部，垂直支架 22 的上端固定在上靠脚 4 的中部，垂直支架 22 的下端固定在前底架 23 的中部，纵梁 21 和垂直支架 22 构成一个三角形支撑。所述的扶手管 25 横向穿置在纵梁 21 上。所述的卧板 1 固定的机架 2 纵梁 21 上。

[0020] 所述的摆杆 3 的上端铰接在垂直支架 22 的上端，下靠脚 5 中部固定在摆杆 3 的下端。

[0021] 如图 2 参考图 1 所示，所述的摆杆 3 上设有多个凹槽 31，弹力拉绳 6 的外端上装有挂钩 61，该挂钩 61 可挂接在摆杆 3 上多个凹槽 31 中的一个凹槽 31。在本实施例中，弹力拉绳 6 的安装方式为：弹力拉绳 6 的内端固定在垂直支架 22 的下部，弹力拉绳 6 的中部绕过安装在垂直支架 22 上部的滑轮 71、垂直支架 22 下部的滑轮 72、摆杆 3 下端的滑轮 73 后、其外端通过挂钩 61 挂接在摆杆 3 的中部凹槽 31 内（如图 1A 所示）。

[0022] 如图 1 所示，在摆杆 3 的上部与机架 2 的垂直支架 22 上部靠接处设有贯穿摆杆 3 的上部与机架 2 的垂直支架 22 上部的销孔 221，在该销孔 221 内可插接插销 8。在摆杆 3 的顶部设有插销 8 的放置孔 32，插销 8 可放置在该放置孔 32 内。

[0023] 如图 7 所示，将插销 8 插入垂直支架 22 上部的销孔 221，练习者 10 脚钩住下靠脚 5 上的海棉管，身体向后躺做仰卧起座锻炼腹部。练习者 10 双手扶住扶手管 25 上的海棉管 26（如图 8 所示），练习俯卧撑。

[0024] 如图 4 所示，将插销 8 从垂直支架 22 上部的销孔 221 抽出，练习者 10 手握住下靠脚 5 上的海棉管做向上、向下运动，锻炼手臂力量（如图 5 所示）。练习者 10 脚钩住下靠脚 5 上的海棉管（如图 6 所示），做向上、向下运动，双手扶住后底架 24 上（如图 9 所示），单脚后跟钩住下靠脚 5 上的海棉管做向上、向下运动，再换另外一支脚做相同的动作。

[0025] 以上所述，仅为本实用新型较佳实施例而已，机架的形状可不同，故不能以此限定本实用新型实施的范围，即依本实用新型申请专利范围及说明书内容所作的等效变化与修饰，皆应仍属本实用新型专利涵盖的范围内。

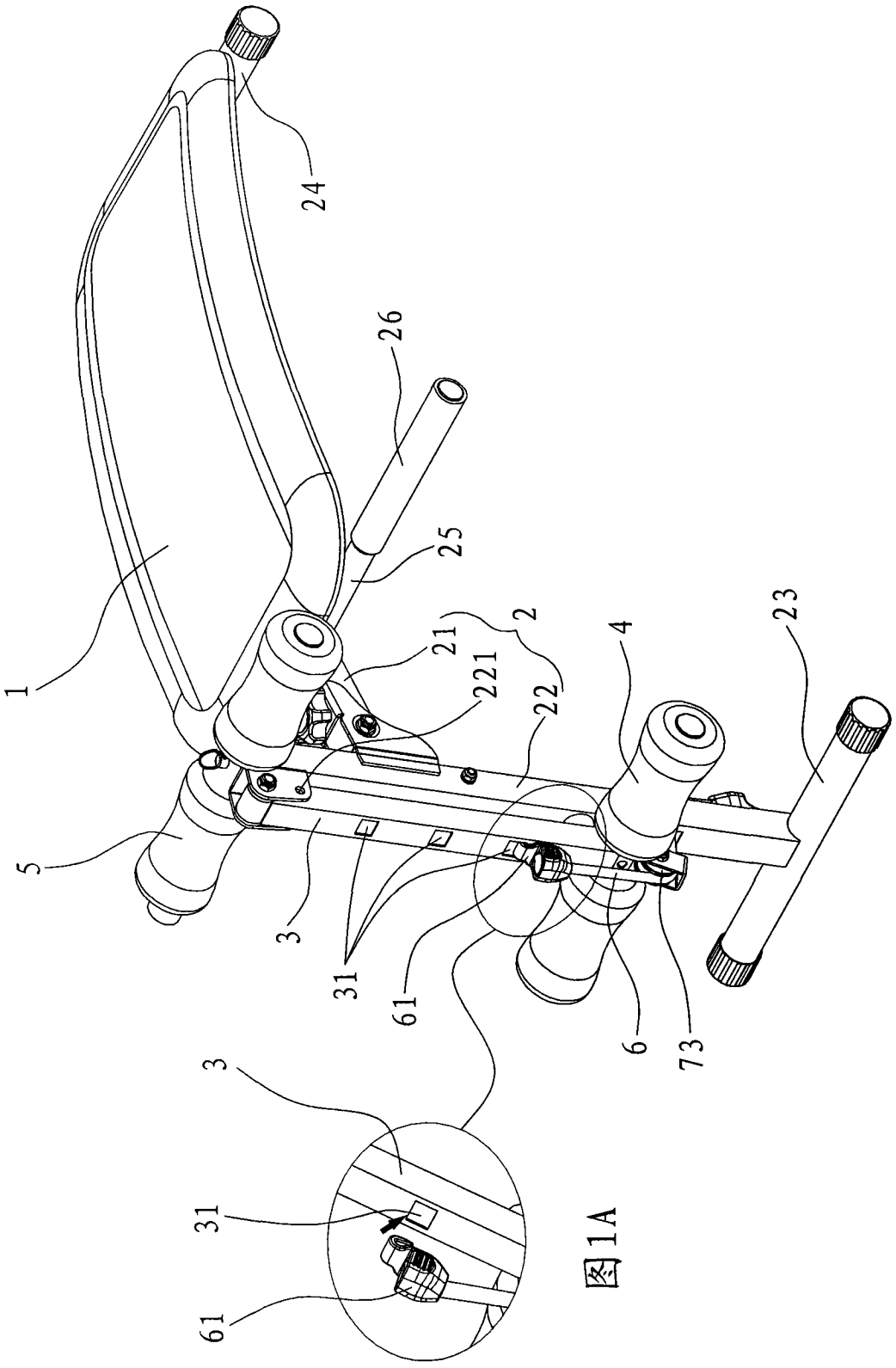


图1

图1A

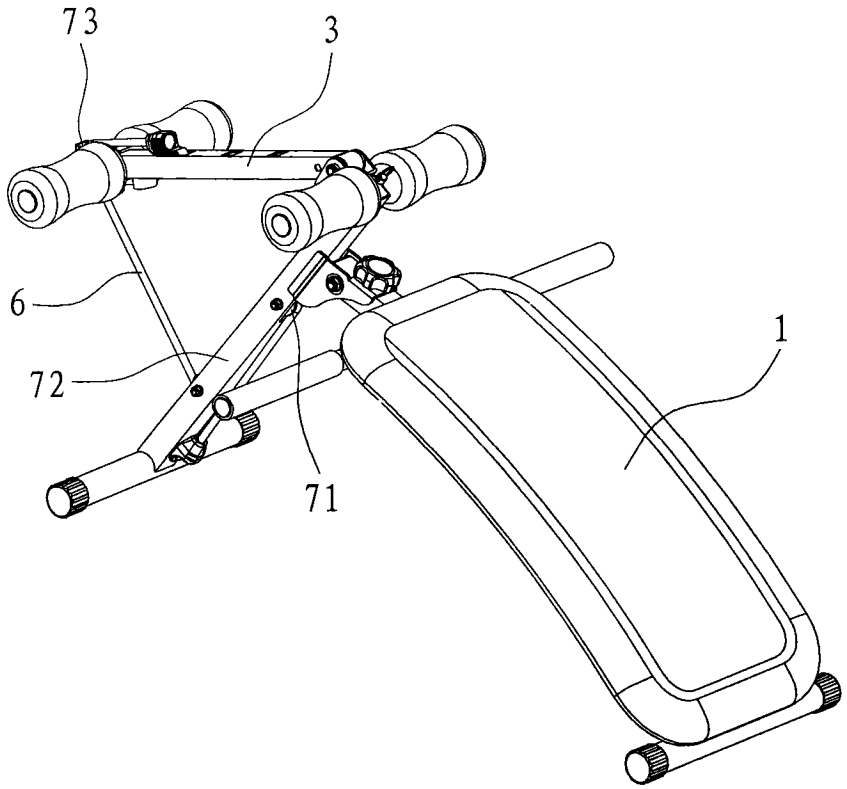


图 2

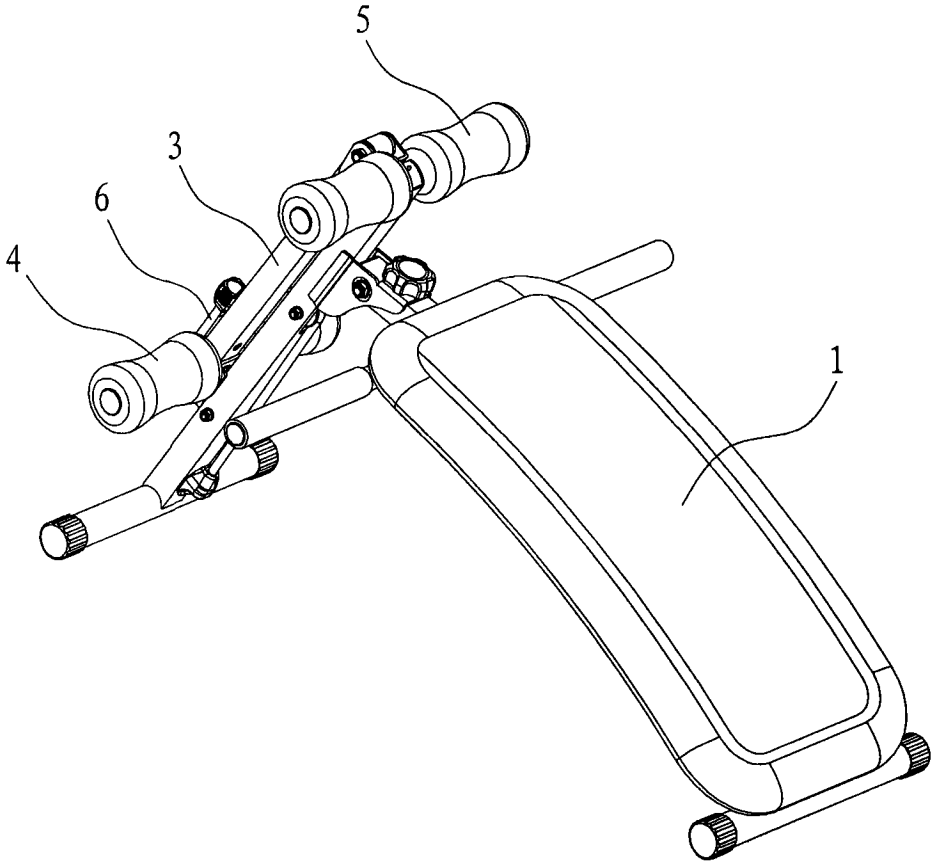


图 3

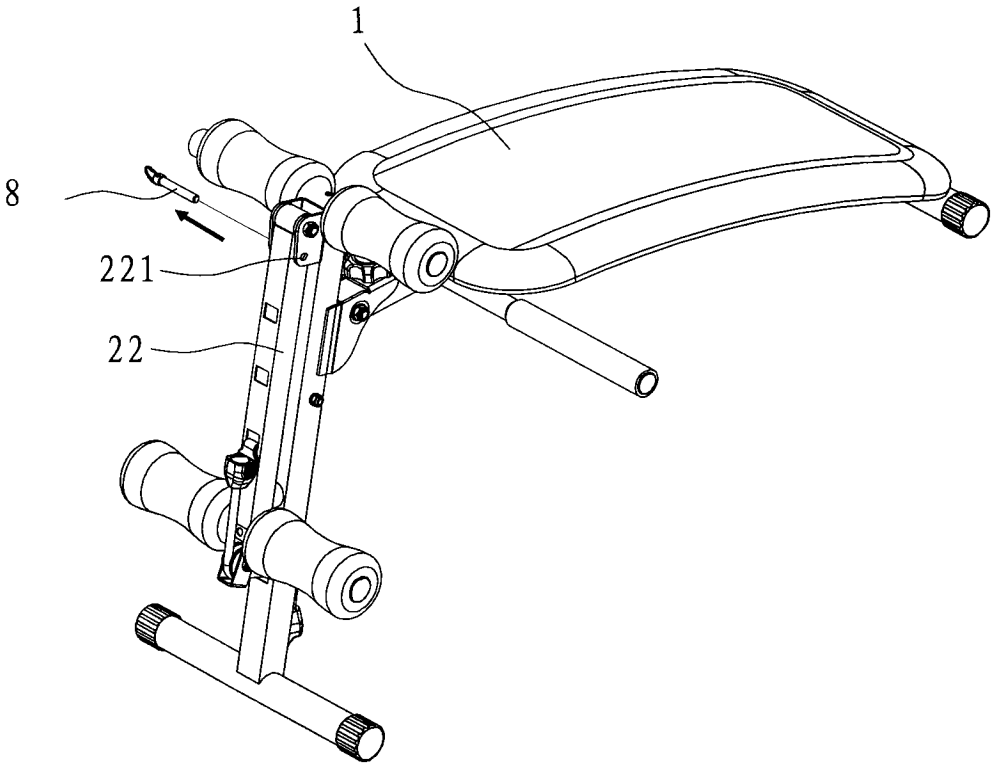


图 4

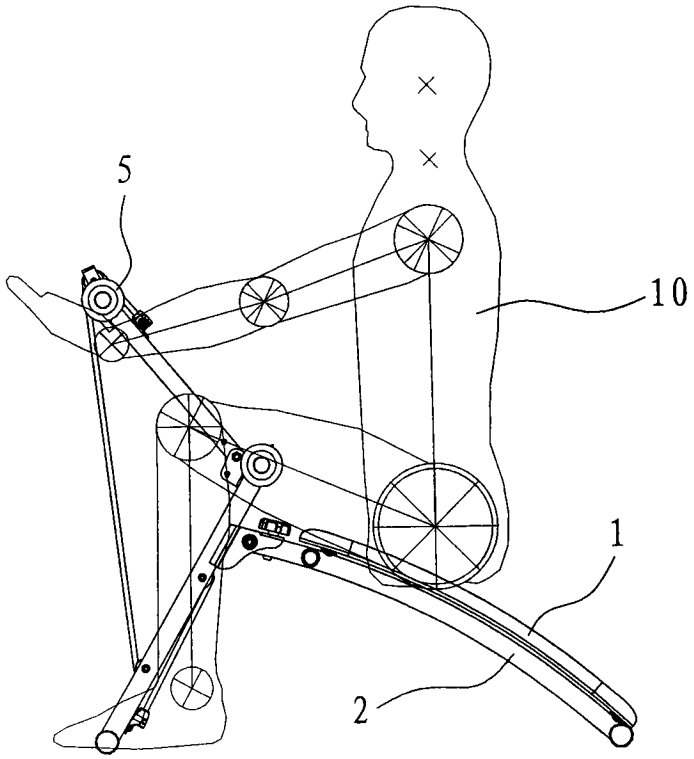


图 5

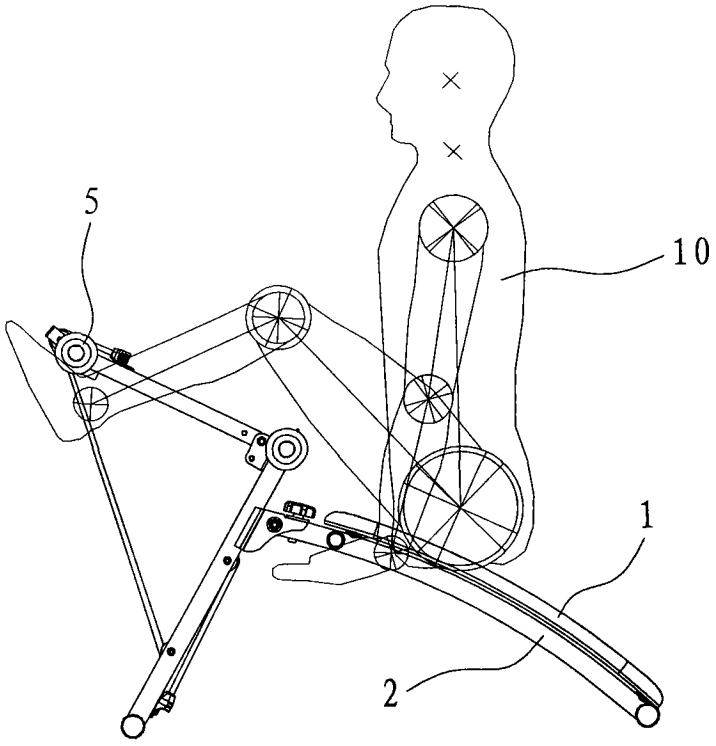


图 6

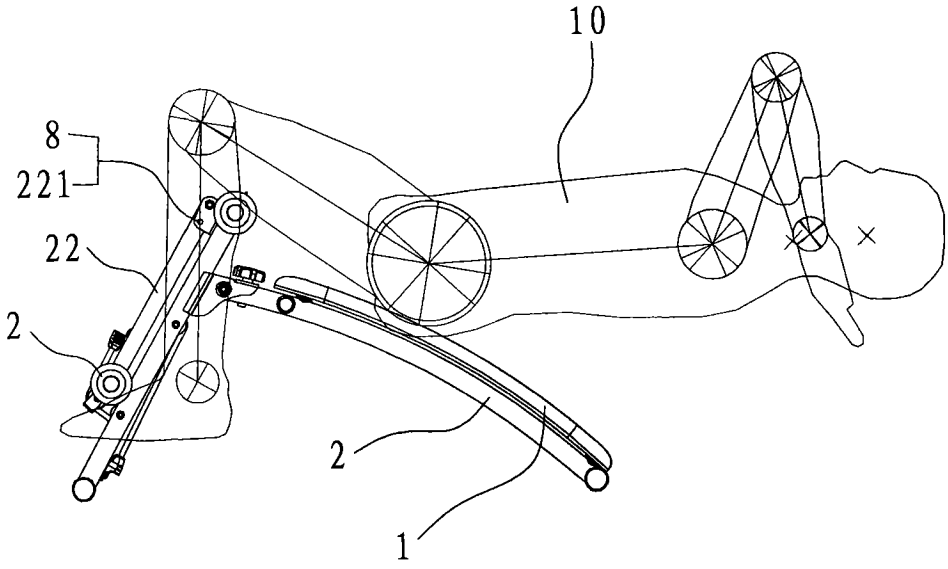


图 7

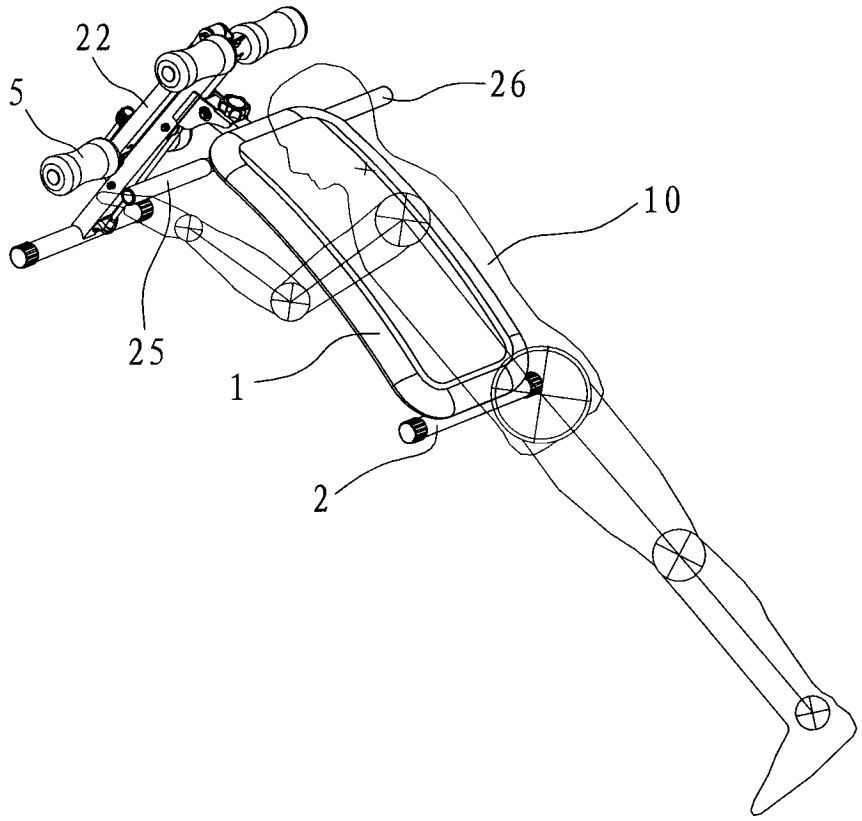


图 8

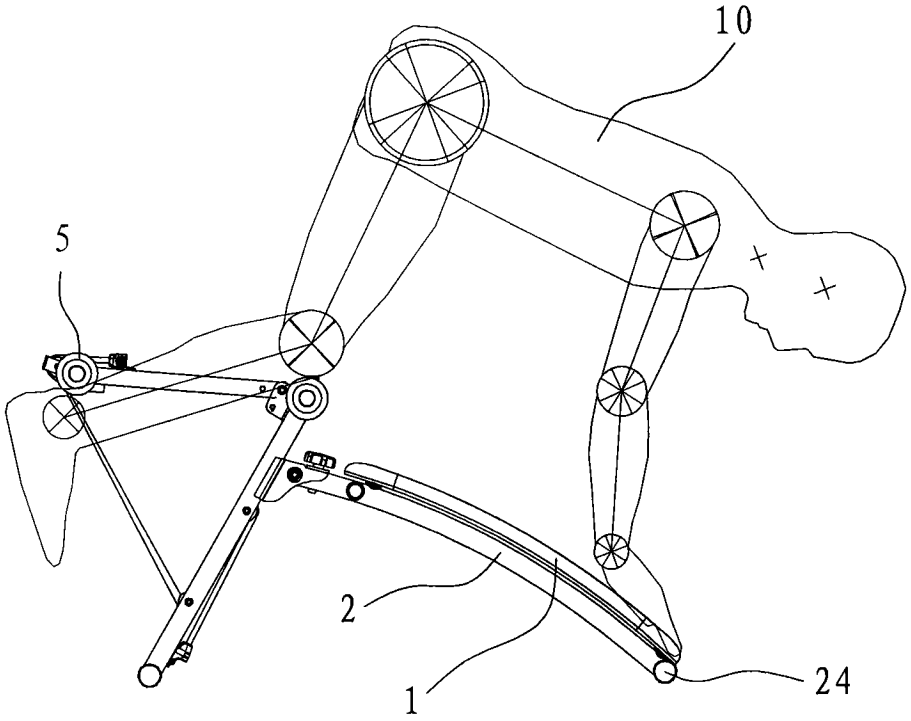


图 9