

UŽITNÝ VZOR

(11) Číslo dokumentu:

29 869

(13) Druh dokumentu: **U1**

(51) Int. Cl.:

A63B 21/06 (2006.01)

(19)
ČESKÁ
REPUBLIKA



ÚŘAD
PRŮMYSLVÉHO
VLASTNICTVÍ

(21) Číslo přihlášky: **2016-32651**
(22) Přihlášeno: **03.08.2016**
(47) Zapsáno: **11.10.2016**

(73) Majitel:
Martin Kofroň, Rychnověk, CZ
(72) Původce:
Martin Kofroň, Rychnověk, CZ
(74) Zástupce:
Jan Brykner, Resslova 741, 500 02 Hradec Králové

(54) Název užitého vzoru:
Posilovací a rehabilitační pomůcka

CZ 29869 U1

Posilovací a rehabilitační pomůcka

Oblast techniky

Technické řešení se týká posilovací a rehabilitační pomůcky určené zejména pro posilování, tvarování tělesných partií a rehabilitaci v prostředí domova i venku.

5 Dosavadní stav techniky

Jsou známá různá provedení posilovacích a rehabilitačních zařízení umístěných v posilovnách nebo rehabilitačních cvičebnách. Zpravidla se jedná o velkoprostorová zařízení, která jsou do zmíněných prostor umísťována. Například jsou založena na zvedání kladiv, překonávání síly pružin apod. Jiná z těchto zařízení sestávají ze sedadla, které je odpruženo, rehabilitující má nad sebou držadlo a provádí krouživé pohyby trupu. Jiná zařízení jsou tvořena plochým tělesem
10 uzpůsobeným pro vstup cvičícího, přičemž zařízení má kruhový otáčející se vstupní plošinu. Tato zařízení mnohdy slouží k posílení jedné nebo několika partií a není umožněno jejich používání a vlastnění jednotlivci. Proto byly vytvořeny prostředky k umožnění cvičení nejen v posilovnách, například jednoruční činky, pružinové roztahovače, nebo tyče k provádění různých cviků. Jsou
15 rovněž známa pružná táhla, jejichž vytahováním přes nohy a ruce nebo šiji, případně přetahováním dvou cvičících, se provádějí různé posilovací cviky. Jsou známy i tyče s držadlem a posuvným závažím. Tyto prostředky umožňují provádění dalších možných prováděných posilujících nebo rehabilitačních cviků, avšak zpravidla slouží k procvičování určitých tělesných partií a možnosti dalšího procvičování nejsou jimi vyčerpaný.

20 Cílem technického řešení je proto vytvoření další posilovací a rehabilitační pomůcky, která bude pro cvičícího snadno přenosná a umožní procvičování dalších tělesných partií a provádění dalších různých doposud nepoužívaných rehabilitačních a posilovacích cviků.

Podstata technického řešení

Vytyčeného cíle je dosaženo posilovací a rehabilitační pomůckou podle technického řešení, jehož
25 podstata spočívá v tom, že je tvořena ohebným lanem, na jednom konci opatřeném zatěžovací hlavici. Uchopením ohebného lana na opačném konci od zatěžovací hlavy je možno provádět torzní a rotační pohyby trupu a horních končetin, přičemž je dosahováno při častém cvičení efektivního rýsování tělesných partií a posilování svalů horní poloviny těla, zejména svalů břišních.

30 Ve výhodném provedení je ohebné lano na opačném konci od zatěžovací hlavy opatřeno držadlem. Tím je umožněno snadné uchopení lana.

V dalším výhodném provedení je zatěžovací hlavyce uvnitř opatřena závažím a může mít vyměnitelné provedení k uchycení na ohebné lano. Tak je umožněno měnit zátěž při cvičení.

Za účelem zvýšení bezpečnosti může být zatěžovací hlavyce opatřena elastickým pláštěm, například z pryže.

35 Za účelem snadného uchopení a držení pomůcky může být držadlo provedeno do tvaru rukojeti šroubováku.

Z výrobních důvodů je výhodné, když zatěžovací hlavyce a držadlo jsou vyrobeny z tvrzené pryže.

40 Posilovací a rehabilitační pomůcka je velice variabilní, pouhou změnou směru otáčení nebo polohy pomůcky se zapojují do činnosti jiné svalové partie a cvičící si sestavou zhruba deseti cviků procvičí celou horní polovinu těla. Použitím pomůcky je přitom zaručeno bezpečné a komfortní cvičení.

Objasnění výkresu

45 Posilovací a rehabilitační pomůcka podle technického řešení je znázorněna na přiloženém výkrese na obr. 1.

Příklady uskutečnění technického řešení

Posilovací a rehabilitační pomůcka je v tomto příkladném provedení tvořena ohebným lanem 1 z polyesterového materiálu, na konci spojeným se zátěžovou hlavicí 2, opatřenou pryžovým pláštěm, do kterého je možno vkládat závaží o různé hmotnosti. V jiném z možných provedení je možné uspořádat zátěžovou hlavicí 2 ve vyměnitelném provedení a na konec ohebného lana 1 umisťovat zátěžové hlavice 2 různé hmotnosti, v závislosti na fyzické zdatnosti cvičících. Pro vyšší bezpečnost je hlavice překryta hypoalergenní tvrzenou pryží, ze které je vyrobeno i držadlo, které má tvar rukojeti šroubováku.

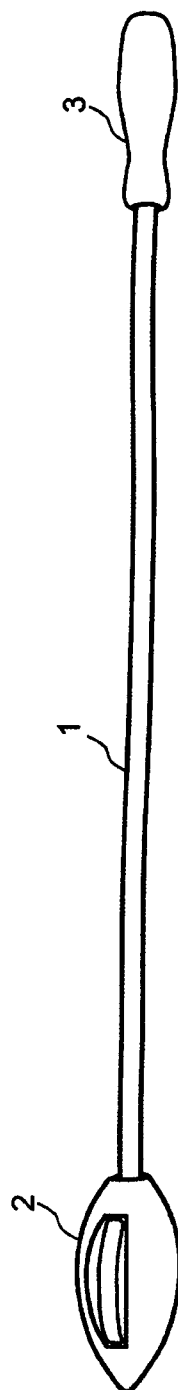
Pro posilování a/nebo rehabilitaci je možno s pomůckou podle technického řešení provádět řadu cviků, z nichž některé s jinými doposud známými pomůckami nebylo možné realizovat. Z používaných cviků se jedná například o rotační pohyb nad hlavou obouruč, rotační pohyb na levé a pravé straně, rotační pohyb v levé a pravé ruce, rotační pohyb před tělem levou a pravou rukou, osmičkový pohyb na levé a pravé straně, osmičkový pohyb jednoruč levou a pravou rukou, osmičkový pohyb před tělem levou a pravou rukou, osmičkový pohyb před tělem obouruč apod.

15

N Á R O K Y N A O C H R A N U

1. Posilovací a rehabilitační pomůcka, **v y z n a č u j í c í s e t í m**, že je tvořena ohebným lanem (1), na jednom konci opatřeném zátěžovací hlavicí (2).
2. Posilovací a rehabilitační pomůcka podle nároku 1, **v y z n a č u j í c í s e t í m**, že ohebné lano (1) je na opačném konci, vzhledem k zátěžovací hlavicí (2), opatřeno držadlem (3).
- 20 3. Posilovací a rehabilitační pomůcka podle nároku 1 nebo 2, **v y z n a č u j í c í s e t í m**, že zátěžovací hlavice (2) je opatřena závažím.
4. Posilovací a rehabilitační pomůcka podle nároku 1 až 3, **v y z n a č u j í c í s e t í m**, že zátěžovací hlavice (2) je ve vyměnitelném provedení pro uchycení na ohebné lano (1).
5. Posilovací a rehabilitační pomůcka podle nároku 1 až 4, **v y z n a č u j í c í s e t í m**, že zátěžovací hlavice (2) je opatřena elastickým pláštěm.
- 25 6. Posilovací a rehabilitační pomůcka podle nároku 1 až 5, **v y z n a č u j í c í s e t í m**, že držadlo (3) je provedeno do tvaru šroubováku.
7. Posilovací a rehabilitační pomůcka podle nároku 1 až 6, **v y z n a č u j í c í s e t í m**, že zátěžovací hlavice (2) a držadlo (3) jsou vyrobeny z tvrzené pryže.

1 výkres



obr. 1

Konec dokumentu
