



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 202020844 U

(45) 授权公告日 2011. 11. 02

(21) 申请号 201120019731. 2

(22) 申请日 2011. 01. 21

(73) 专利权人 石家庄学院

地址 050035 河北省石家庄市东开发区长江
大道 6 号石家庄学院体育系

(72) 发明人 梁丹青 赵喆 柏海平 杨惠玲
李敏

(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 22/04 (2006. 01)

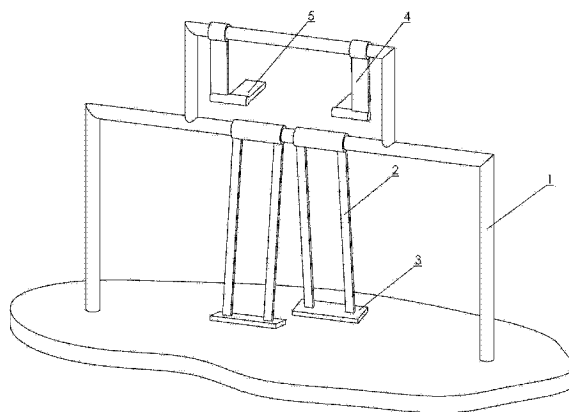
权利要求书 1 页 说明书 1 页 附图 1 页

(54) 实用新型名称

健步运动器械

(57) 摘要

本实用新型涉及一种健步运动器械,它包括固定架、通过下连杆和固定架铰连的两个脚踏板以及通过上连杆和固定架铰连的两个手握板。使用本实用新型可达到放松肩部肌肉、腰椎及周边的肌肉的目的,从而有效降低肩周炎、腰椎病和腰肌劳损的发病率。



1. 一种健步运动器械,其特征在于其包括固定架(1)、通过下连杆(2)和固定架(1)铰连的两个脚踏板(3)以及通过上连杆(4)和固定架(1)铰连的两个手握板(5)。

健步运动器械

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种健步运动器械。

背景技术

[0002] 目前在我国肩周炎、腰椎病和腰肌劳损的发病率呈逐年递增的态势,其主要是人们长期伏案工作和缺乏必要的体育锻炼造成的。

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可使肩部肌肉、腰椎及周边肌肉放松的、有效降低腰椎病和腰肌劳损的发病率的健步运动器械。

[0004] 本实用新型采用如下技术方案:

[0005] 本实用新型包括固定架、通过下连杆和固定架铰连的两个脚踏板以及通过上连杆和固定架铰连的两个手握板。

[0006] 本实用新型的积极效果如下:

[0007] 使用本实用新型时,只要双手紧握两个手握板,双脚踏在两个脚踏板上,由于手握板通过上连杆和固定架铰连,脚踏板通过下连杆和固定架铰连,这样即可同时摆动双臂和双腿,进行“空中漫步”,达到放松肩部肌肉、腰椎及周边的肌肉的目的,从而有效降低肩周炎、腰椎病和腰肌劳损的发病率。

附图说明

[0008] 附图 1 为本实用新型结构示意图。

[0009] 在附图中:1 固定架、2 下连杆、3 脚踏板、4 上连杆、5 手握板。

具体实施方式

[0010] 如附图 1 所示,本实用新型包括固定架 1、通过下连杆 2 和固定架 1 铰连的两个脚踏板 3 以及通过上连杆 4 和固定架 1 铰连的两个手握板 5。使用本实用新型时,只要双手紧握两个手握板 5,双脚踏在两个脚踏板 3 上,由于手握板 5 通过上连杆 4 和固定架 1 铰连,脚踏板 3 通过下连杆 2 和固定架 1 铰连,这样即可同时摆动双臂和双腿,进行“空中漫步”,就可以达到放松肩部、腰椎及周边的肌肉的目的,从而有效降低肩周炎、腰椎病和腰肌劳损的发病率。

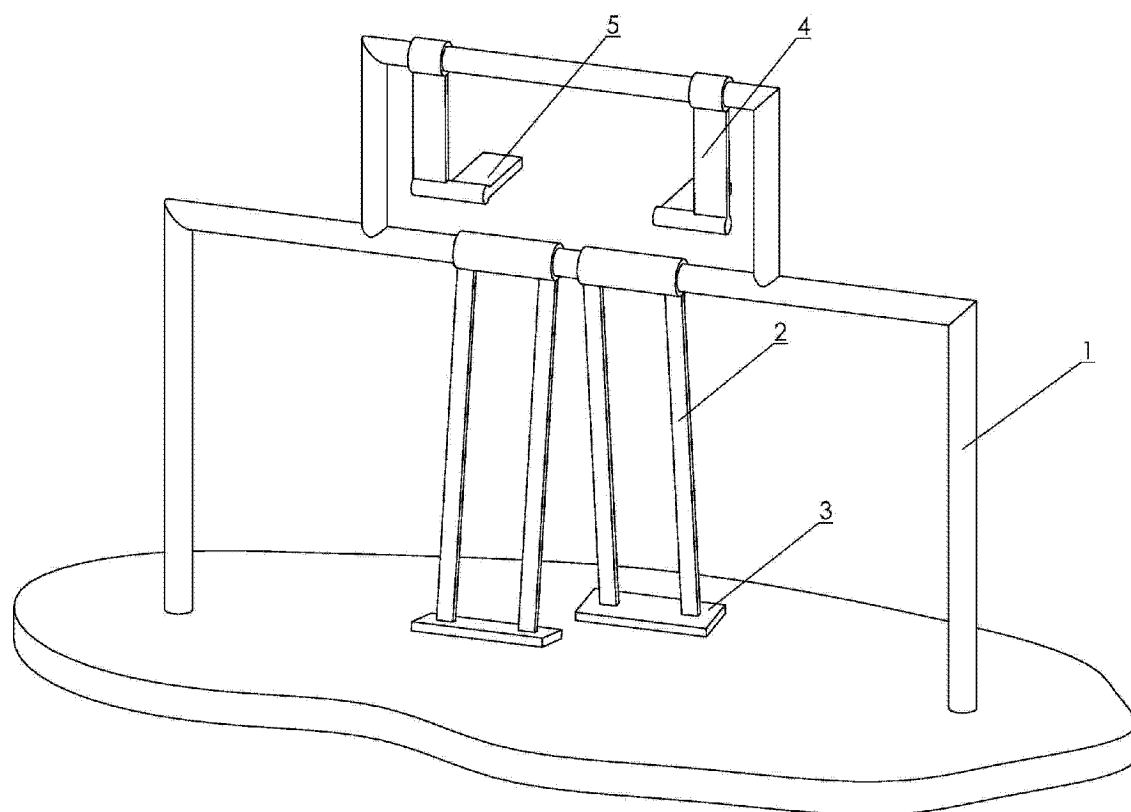


图 1