(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 208212366 U
(45)授权公告日 2018.12.11

(21)申请号 201820167038.1

(22)申请日 2018.01.31

(73)专利权人 上海市肺科医院
地址 200433 上海市杨浦区政民路507号

(72)发明人 李静 张晓庆

(74)专利代理机构 上海申新律师事务所 31272
代理人 俞涤炯

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

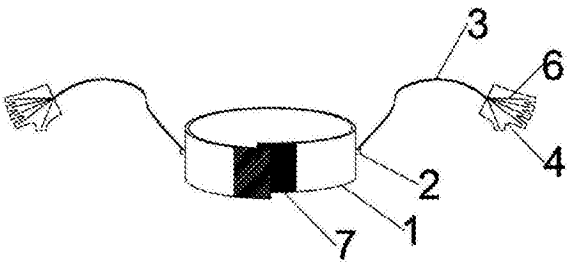
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

(54)实用新型名称

一种呼吸操锻炼辅助拉伸器

(57)摘要

本实用新型提供了一种呼吸操锻炼辅助拉伸器，包括：固定腰带、连接轴、弹性绳、手套、弹性转轴、固定绳、魔术贴，连接轴固定安装在固定腰带的同侧，弹性绳的一端固定连接在连接轴上，另一端固定连接在手套上，固定腰带的两端均安装有魔术贴。本实用新型结构简单，使用方便，有效提高呼吸操锻炼者的锻炼效率，强身健体，恢复体能，有益身体健康。



CN 208212366 U

1.一种呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，包括：固定腰带(1)、连接轴(2)、弹性绳(3)、手套(4)、弹性转轴(5)、固定绳(6)、魔术贴(7)，所述连接轴(2)固定安装在固定腰带(1)的同侧，所述弹性绳(3)的一端固定连接在连接轴(2)上，另一端固定连接在手套(4)上，所述固定腰带(1)的两端均安装有魔术贴(7)。

2.如权利要求1所述的呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，所述连接轴(2)内部设有弹性转轴(5)，所述弹性转轴与弹性绳(3)相连接。

3.如权利要求1所述的呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，所述弹性绳(3)的数量为两根。

4.如权利要求1所述的呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，所述弹性绳(3)由橡皮筋组成。

5.如权利要求1所述的呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，所述手套(4)的数量为两个。

6.如权利要求1所述的呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，所述手套(4)为半指手套。

7.如权利要求1所述的呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，所述弹性绳(3)为可拆卸设计。

8.如权利要求1所述的呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，所述弹性绳(3)长度为50cm。

9.如权利要求1所述的呼吸操锻炼辅助拉伸器，其特征在于，所述手套背面有五根固定绳(6)，所述固定绳(6)的一端分别与五个指套连接，所述固定绳(6)的另一端分别与弹性绳(3)相连接。

一种呼吸操锻炼辅助拉伸器

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种身体机能康复训练工具，尤其涉及一种呼吸操锻炼辅助拉伸器。

背景技术

[0002] 呼吸操是一种有利于调节人体各系统的健身操，能有效调节人体五脏六腑，达到增进健康的目的，尤其适用于患有护膝系统疾病人群的康复，主要要点就是深吸气后慢慢吐气。

[0003] 练习者同时要根据自己的具体情况，根据自己的时间体会来决定自己的呼吸深度和强度，呼吸操往往采用腹式呼吸，使腹部鼓起，然后再把气体慢慢呼出，不仅可以调节呼吸中枢神经，而且可以平复心情，锻炼腹部和下胸部的肌肉，有着良好的锻炼效果。

[0004] 然而，面对不同人群时，呼吸操的效果会有所不同，这是因为不同人群的体质，体型以及运动能力均存在差异，而一套呼吸操的辅助设备就成为了人们所迫切需求的。

实用新型内容

[0005] 本实用新型所要解决的技术问题是：针对上述存在的问题，提供一种呼吸操锻炼辅助拉伸器。

[0006] 本实用新型为解决上述技术问题采用以下技术方案：一种呼吸操锻炼辅助拉伸器，包括：固定腰带、连接轴、弹性绳、手套、弹性转轴、固定绳、魔术贴，所述连接轴固定安装在固定腰带的同侧，所述弹性绳的一端固定连接在连接轴上，另一端固定连接在手套上，所述固定腰带的两端均安装有魔术贴。

[0007] 进一步地，所述连接轴内部有弹性转轴，弹性绳的一端缠绕在弹性转轴上，当弹性绳不受外力拉伸时，弹性转轴为收紧状态并将弹性绳收卷在连接轴内部。

[0008] 进一步地，所述弹性绳的数量为两根。

[0009] 进一步地，所述弹性绳由橡皮筋组成。

[0010] 进一步地，所述手套的数量为两个。

[0011] 进一步地，所述手套为半指手套。

[0012] 进一步地，所述手套背面有五根固定绳，所述固定绳的一端分别与五个指套连接，所述固定绳的另一端分别与弹性绳相连接。

[0013] 进一步地，所述弹性绳可以拆卸更换。

[0014] 进一步地，所述弹性绳长度优选为50cm。

[0015] 本实用新型采用以上技术方案，具有如下技术效果：常规呼吸操需要在站姿或坐姿的情况下才能进行，而穿戴本实用新型后则可以不用限制姿势，无论是站姿、坐姿还是睡姿都可以进行。本实用新型的结构简单轻便，方便随身携带，可以在任何场所进行锻炼。其次本实用新型可以通过弹性绳的回复力进一步刺激使用者的肌肉，增强呼吸操的锻炼效果。

附图说明

[0016] 图1为本实用新型的结构示意图；

[0017] 图2为连接轴的结构示意图。

[0018] 附图标记为：固定腰带1、连接轴2、弹性绳3、手套4、弹性转轴5、固定绳6、魔术贴7。

具体实施方式

[0019] 下面结合附图1以及图2对本实用新型的技术方案做进一步的详细说明。

[0020] 一种呼吸操锻炼辅助拉伸器，包括：固定腰带1、连接轴2、弹性绳3、手套4、弹性转轴5、固定绳6、魔术贴7，固定腰带1为长条带状，末端两面分别安装有魔术贴7的子面和母面，在固定腰带1同一面的安装有两个连接轴2，连接轴2内部有一个弹性转轴5，弹性绳3的一端绕在弹性转轴5上，弹性绳3 的一端与连接轴2相连接，另一端与手套4相连接，手套4的背面有五根固定绳6，固定绳6的一端与指套相连接，另一端则与弹性绳3相连接，使用者在使用时，将固定腰带1环绕在腰间，连接轴2在外面，通过魔术贴7进行贴紧固定，使用者选择合适的松紧程度进行固定，并将两个手套4分别佩戴在两只手上，弹性绳牵引手套，佩戴完毕，使用者就可以进行呼吸操运动，弹性绳的回弹力可以适当增强使用者的锻炼效果，刺激肌肉群。

[0021] 如果使用者不便于站立或保持坐姿，看可以保持平躺姿势，利用弹性绳的牵引力代替重力，也能很好刺激锻炼上身，使呼吸操能够应用在更多的场所。

[0022] 图2为连接轴2的结构示意图，连接轴2内中央为弹性转轴5，弹性转轴5 可以绕做圆周运动，且具有弹性回复能力，正常情况下弹性绳3是缠绕在弹性转轴5上的，使用者使用时拉伸弹性绳3，弹性绳3伸出，并带动弹性转轴5转动，弹性转轴5此时具有一定的回复能力，当使用者不需要使用时，弹性绳3会因为弹性转轴5的回复作用而卷曲回收，避免弹性绳3相互缠绕影响下次使用，也便于存放。

[0023] 以上对本实用新型的具体实施例进行了详细描述，但其只作为范例，本实用新型并不限制于以上描述的具体实施例。对于本领域技术人员而言，任何对该实用进行的等同修改和替代也都在本实用新型的范畴之中。因此，在不脱离本实用新型的精神和范围下所作的均等变换和修改，都应涵盖在本实用新型的范围内。

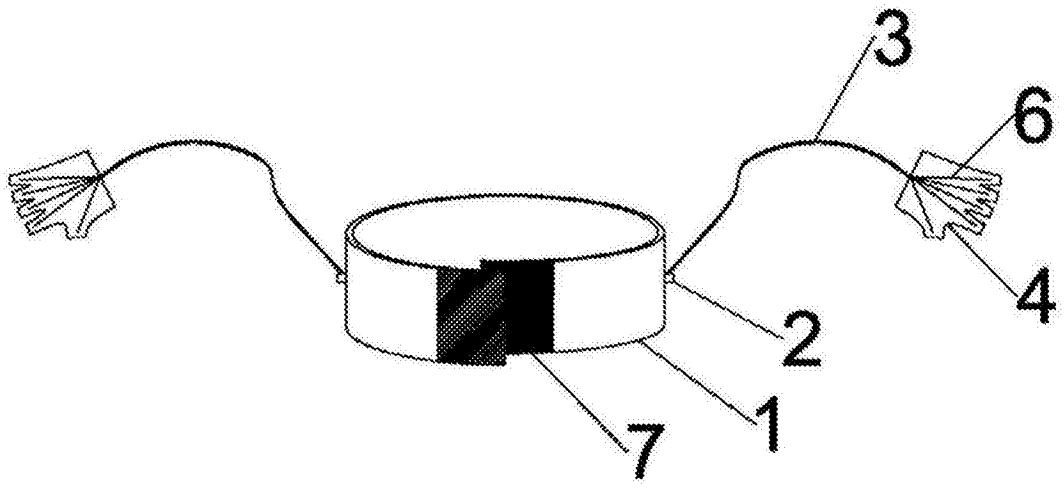


图1

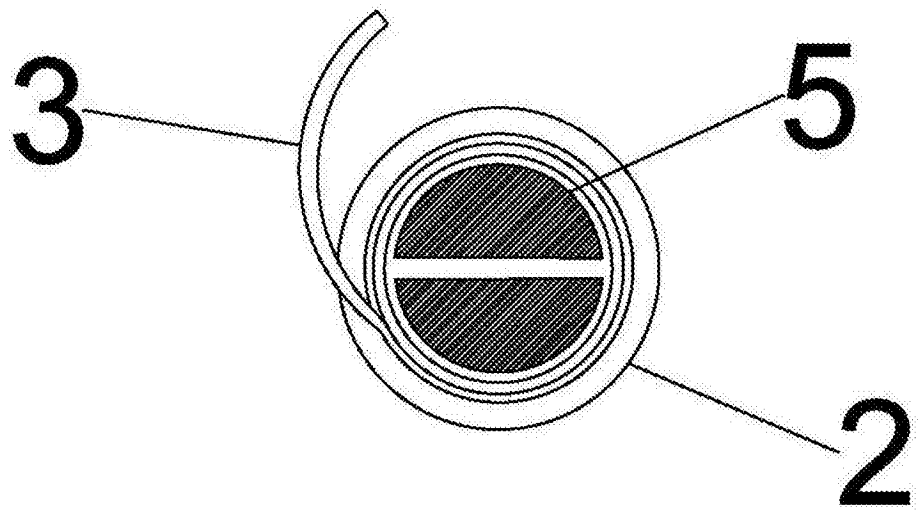


图2