

(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 102526984 A

(43) 申请公布日 2012. 07. 04

(21) 申请号 201010624126. 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 23/12(2006. 01)

A63B 21/072(2006. 01)

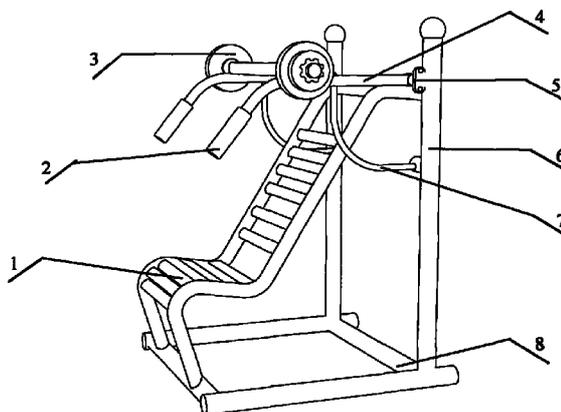
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

(54) 发明名称

杠铃卧推架

(57) 摘要

一种杠铃卧推架,属于运动训练器材领域。座椅(1)与支架(6)分别固定在底座(8)上,手柄(2)与连接杆(4)焊成一体,通过固定在支架(6)上部,杠铃(3)分别焊接在连接杆(4)前部和手柄(2)的上部,支撑杆(7)一端焊接在支架(6)上,另一端分别焊成一体放置在连接杆(4)的下方。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。



1. 杠铃卧推架,其特征在于:座椅(1)与支架(6)分别固定在底座(8)上。
2. 根据权利要求1所述的杠铃卧推架,其特征在于:手柄(2)与连接杆(4)焊成一体,通过固定在支架(6)上部,杠铃(3)分别焊接在连接杆(4)前部和手柄(2)的上部。
3. 根据权利要求1所述的杠铃卧推架,其特征在于:支撑杆(7)一端焊接在支架(6)上,另一端分别焊成一体放置在连接杆(4)的下方。

杠铃卧推架

技术领域

[0001] 本发明涉及一种杠铃卧推架,属于运动训练器材领域。

技术背景

[0002] 现代社会生活方式给人类生存带来许多负面影响。当我们尽情享受现代文明的成果时,肥胖、心血管疾病以及心理压抑等“现代生活方式病”却悄然而至,严重影响着人类的健康。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,但对于上肢锻炼的还比较少,该发明是一种利用短短的休息时间进行上肢锻炼,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。

[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。该杠铃卧推架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杠铃卧推架。

[0005] 本发明解决其技术问题所采用的技术方案是:该杠铃卧推架,其特征在于:包括座椅、手柄、杠铃、连接杆、转轴、支架、支撑杆、底座,座椅与支架分别固定在底座上,手柄与连接杆焊成一体,通过固定在支架上部,杠铃分别焊接在连接杆前部和手柄的上部,支撑杆一端焊接在支架上,另一端分别焊成一体放置在连接杆的下方。

[0006] 使用时,人坐在座椅上,双手握住手柄,用力将杠铃向前推起,通过往返上下交替运动以增强上肢肌肉的力量,可有效地锻炼上肢肌肉群力量。

[0007] 与现有技术相比,本发明所具有的有益效果是:通过人坐在座椅上,用力拉动弹簧,安全系数较大,不易发生伤害事故。该杠铃卧推架充分利用弹簧的力学原理,使弹簧收缩与伸张均匀,人体上肢肌肉力量有多大,伸张压力就有多大,加快上肢各部位血液循环,使腰部肌肉加强,提高锻炼身体的功能,对关节疼痛、腰腿疼患者恢复具有辅助治疗作用。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是本发明杠铃卧推架的最佳实例,其中:1座椅 2手柄 3杠铃 4连接杆 5转轴 6支架 7支撑杆 8底座

具体实施方式

[0009] 下面结合附图对本发明杠铃卧推架作进一步说明:

[0010] 如图所示：杠铃卧推架，其特征在于：座椅 1 与支架 6 分别固定在底座 8 上，手柄 2 与连接杆 4 焊成一体，通过固定在支架 6 上部，杠铃 3 分别焊接在连接杆 4 前部和手柄 2 的上部，支撑杆 7 一端焊接在支架 6 上，另一端分别焊成一体放置在连接杆 4 的下方。

[0011] 使用时，人坐在座椅上，双手握住手柄，用力将杠铃向前推起，通过往返上下交替运动以增强上肢肌肉的力量，可有效地锻炼上肢肌肉群力量。

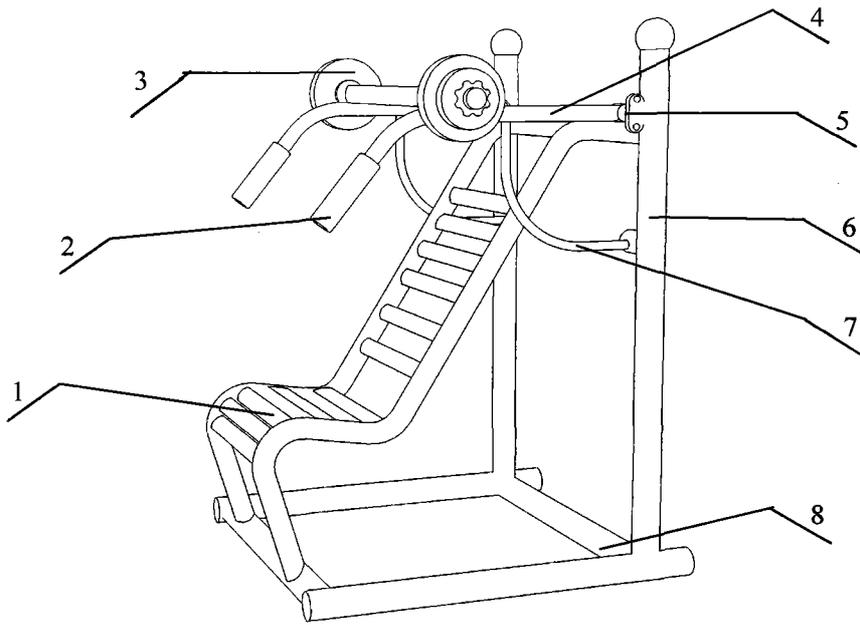


图 1