



# (12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 209188031 U

(45)授权公告日 2019.08.02

(21)申请号 201822143232.9

(22)申请日 2018.12.20

(73)专利权人 湖南涉外经济学院

地址 410205 湖南省长沙市岳麓区枫林三路822号湖南涉外经济学院体育学院

(72)发明人 李双铭 刘雪勇 罗建章

(74)专利代理机构 长沙科永臻知识产权代理事务所(普通合伙) 43227

代理人 杨琦玲

(51) Int. Cl.

A63B 23/12(2006.01)

A63B 21/072(2006.01)

A63B 22/20(2006.01)

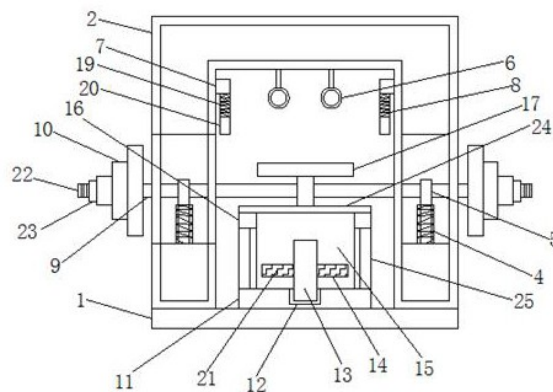
权利要求书1页 说明书3页 附图2页

## (54)实用新型名称

一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置

## (57)摘要

本实用新型公开了一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,属于健身设备技术领域,包括底座,所述底座顶部两侧固定连接有机架,所述机架两侧设有通孔,所述通孔底部内表面固定连接有机架,所述机架顶部固定连接有撑托,所述机架内腔顶部固定连接有吊环,所述机架内腔两侧对称连接有固定块,所述固定块底部固定连接有拉力器,所述机架两侧贯穿连接有举重杆,所述举重杆两端通过套嵌连接有加重圆盘,所述底座顶部中间固定连接有固定座,所述固定座顶部中间设有轨道,本实用新型,结构新意,易于操作,方便检修维护,保护了使用者安全,增强了使用灵活性,提高了使用效率,所以该种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置具有广泛的应用前景。



1. 一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,包括底座,其特征在于:所述底座顶部两侧固定连接有机架,所述机架两侧设有通孔,所述通孔底部内表面固定连接有机震器,所述机震器顶部固定连接有机撑托,所述机架内腔顶部固定连接有机吊环,所述机架内腔两侧对称连接有固定块,所述固定块底部固定连接有机拉力器,所述机架两侧贯穿连接有举重杆,所述举重杆两端通过套嵌连接有加重圆盘,所述底座顶部中间固定连接有机固定座,所述固定座顶部中间设有轨道,所述轨道上方设有滚轮,所述滚轮两侧通过转轴连接有握杆,所述固定座一侧顶部固定连接有机辅助板,所述辅助板顶部固定连接有机健身床,所述健身床顶部固定连接有机固定杆。

2. 如权利要求1所述的一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,其特征在于,所述撑托凹槽内部固定连接有机减震垫,所述减震垫为柔性结构,且所述撑托与举重杆结构相匹配。

3. 如权利要求1所述的一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,其特征在于,所述拉力器顶部设有固定板,所述固定板底部固定连接有机拉力弹簧,所述拉力弹簧底部固定连接有机拉环,且所述固定板顶部固定连接于固定块。

4. 如权利要求1所述的一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,其特征在于,所述握杆表面通过套嵌连接有防滑垫,且所述防滑垫为柔性结构。

5. 如权利要求1所述的一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,其特征在于,所述举重杆两端设有螺纹,且所述螺纹表面通过套嵌连接有固定螺帽。

6. 如权利要求1所述的一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,其特征在于,所述加重圆盘为多个,且所述加重圆盘表面涂有防腐层。

7. 如权利要求1所述的一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,其特征在于,所述健身床与辅助板表面固定连接有机皮软垫,所述健身床底部固定连接有机床腿,且所述健身床后侧通过铰链连接有辅助杆。

## 一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置

### 技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种上肢肌肉训练装置,特别是涉及一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,属于健身设备技术领域。

### 背景技术

[0002] 目前,我国健身设备行业发展迅速,用于健身设备的设备也多种多样,但是仍然面临着很多方面的挑战,而现有的用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,有的在使用时不能满足使用者需求,需要使用者更换多次装置,有的在使用时安全性比较低,在使用时虽然有陪同教练在一旁保护,但是在脱力时还是比较容易伤到使用者,使用的效率比较低,还有的在使用时灵活性比较差,不能根据锻炼的需求调节需要使用的器械进行锻炼,使用时的锻炼效率比较低,还浪费了使用者大量时间,给人门带来了很大的麻烦,这样远远无法满足当前人们对该产品的要求,所以如何设计一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,成为我们当前要解决的问题。

### 实用新型内容

[0003] 本实用新型的主要目的是为了提供一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,通过对装置本体的多方面改进,结构简单,易于操作,方便使用,提高了使用效率,增强了对上肢肌肉锻炼的全面性,通过设有减震器,可以在放置举重杆时减少震动,方便了使用者使用,防止了使用者在放举重杆时因脱力对自己带来的伤害,提高了使用者的安全。

[0004] 本实用新型的目的可以通过采用如下技术方案达到:一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,包括底座,所述底座顶部两侧固定连接有框架,所述框架两侧设有通孔,所述通孔底部内表面固定连接有减震器,所述减震器顶部固定连接有撑托,所述框架内腔顶部固定连接有吊环,所述框架内腔两侧对称连接有固定块,所述固定块底部固定连接有拉力器,所述框架两侧贯穿连接有举重杆,所述举重杆两端通过套嵌连接有加重圆盘,所述底座顶部中间固定连接有固定座,所述固定座顶部中间设有轨道,所述轨道上方设有滚轮,所述滚轮两侧通过转轴连接有握杆,所述固定座一侧顶部固定连接有辅助板,所述辅助板顶部固定连接有健身床,所述健身床顶部固定连接有固定杆。

[0005] 优选的方案是,所述撑托凹槽内部固定连接有减震垫,所述减震垫为柔性结构,且所述撑托与举重杆结构相匹配。

[0006] 优选的方案是,所述拉力器顶部设有固定板,所述固定板底部固定连接有拉力弹簧,所述拉力弹簧底部固定连接有拉环,且所述固定板顶部固定连接于固定块。

[0007] 优选的方案是,所述握杆表面通过套嵌连接有防滑垫,且所述防滑垫为柔性结构。

[0008] 优选的方案是,所述举重杆两端设有螺纹,且所述螺纹表面通过套嵌连接有固定螺帽。

[0009] 优选的方案是,所述加重圆盘为多个,且所述加重圆盘表面涂有防腐层。

[0010] 优选的方案是,所述健身床与辅助板表面固定连接有皮软垫,所述健身床底部固

定连接有床腿,且所述健身床后侧通过铰链连接有辅助杆。

[0011] 本实用新型的有益技术效果:本实用新型提供的用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,通过对装置本体的多方面改进,结构简单,易于操作,方便使用,提高了使用效率,增强了对上肢肌肉锻炼的全面性,通过设有减震器,可以在放置举重杆时减少震动,方便了使用者使用,防止了使用者在放举重杆时因脱力对自己带来的伤害,提高了使用者的安全,通过设有拉力器与吊环,可以在使用时使用者根据需要选择使用,提高了使用时的灵活性,方便了使用者使用,节省了使用者的时间,通过设有滚轮,可以在使用时不仅锻炼上肢肌肉,还可以对腹部肌肉进行锻炼,提高了使用效率,方便了使用者使用,通过设有辅助板,可以在使用时保护使用者,增强了使用者在使用时的安全,提高了使用效率,方便了使用者使用,所以该种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置具有广阔的应用市场。

### 附图说明

[0012] 图1为按照本实用新型的用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置的一优选实施例的整体结构示意图;

[0013] 图2为按照本实用新型的用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置的一优选实施例的左视结构示意图;

[0014] 图3为按照本实用新型的用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置的一优选实施例的拉力器结构示意图。

[0015] 图中:1-底座,2-框架,3-通孔,4-减震器,5-撑托,6-吊环,7-固定块,8-拉力器,9-举重杆,10-加重圆盘,11-固定座,12-轨道,13-滚轮,14-握杆,15-辅助板,16-健身床,17-固定杆,18-固定板,19-拉力弹簧,20-拉环,21-防滑垫,22-螺纹,23-固定螺帽,24-皮软垫,25-床腿,26-辅助杆。

### 具体实施方式

[0016] 为了使本实用新型的目的、技术方案及优点更加清楚明白,以下结合附图及实施例,对本实用新型进行进一步详细说明。应当理解,此处所描述的具体实施例仅仅用以解释本实用新型,并不用于限定本实用新型。

[0017] 在本实用新型的描述中,需要理解的是,术语“长度”、“宽度”、“上”、“下”、“前”、“后”、“左”、“右”、“竖直”、“水平”、“顶”、“底”“内”、“外”等指示的方位或位置关系为基于附图所示的方位或位置关系,仅是为了便于描述本实用新型和简化描述,而不是指示或暗示所指的装置或元件必须具有特定的方位、以特定的方位构造和操作,因此不能理解为对本实用新型的限制。此外,在本实用新型的描述中,“多个”的含义是两个或两个以上,除非另有明确具体的限定。

[0018] 如图1-3所示,本实施例提供一种用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,包括底座1,所述底座1顶部两侧固定连接有机架2,提高了整体的稳定性,方便了使用者使用,所述机架2两侧设有通孔3,方便了使用者使用举重器,提高了使用效率,增强了使用的安全,所述通孔3底部内表面固定连接有机架4,可以在放置举重杆9时减少震动,方便了使用者使用,防止了使用者在放举重杆9时因脱力对自己带来的伤害,提高了使用者的安全,所述减震器4顶部固定连接有机架5,可以固定举重杆9,增强使用者的安全,提高了使用效率,所述

框架2内腔顶部固定连接吊环6,所述框架2内腔两侧对称连接固定块7,所述固定块7底部固定连接拉力器8,可以在使用时使用者根据需要选择使用,提高了使用时的灵活性,方便了使用者使用,节省了使用者的时间,所述框架2两侧贯穿连接举重杆9,所述举重杆9两端通过套嵌连接加重圆盘10,可以根据需求选择重量,提高了使用的灵活性,方便了使用者使用,所述底座1顶部中间固定连接固定座11,所述固定座11顶部中间设有轨道12,所述轨道12上方设有滚轮13,可以在使用时不仅锻炼上肢肌肉,还可以对腹部肌肉进行锻炼,提高了使用效率,方便了使用者使用,所述滚轮13两侧通过转轴连接握杆14,提高了使用效率,保护了使用者的安全,所述固定座11一侧顶部固定连接辅助板15,可以在使用时保护使用者,增强了使用者在使用时的安全,提高了使用效率,方便了使用者使用,所述辅助板15顶部固定连接健身床16,保护了使用者的身体,增强了使用者安全,提高了使用效率,所述健身床16顶部固定连接固定杆17,方便了使用,提高了效率,保护了使用者安全,以上所述构成本实用新型的基本结构。

[0019] 在本实施例中,如图1-3所示,所述撑托5凹槽内部固定连接减震垫,所述减震垫为柔性结构,且所述撑托5与举重杆9结构相匹配,可以在放置举重杆时减少震动,方便了使用者使用,防止了使用者在放举重杆时因脱力对自己带来的伤害,提高了使用者的安全,所述拉力器8顶部设有固定板18,所述固定板18底部固定连接拉力弹簧19,所述拉力弹簧19底部固定连接拉环20,且所述固定板18顶部固定连接于固定块7,可以在使用时进一步的加强肌肉的训练,提高了使用时的灵活性,方便了使用者使用,保护了使用者安全,所述握杆14表面通过套嵌连接防滑垫21,且所述防滑垫21为柔性结构,可以在使用时保护使用者安全,提高了使用效率,方便了使用者使用,所述举重杆9两端设有螺纹22,且所述螺纹22表面通过套嵌连接固定螺帽23,可以在使用时对加重圆盘10进行固定,保护使用者安全,提高了稳定性,增强了使用效率,方便了使用,所述加重圆盘10为多个,且所述加重圆盘10表面涂有防腐层,方便了使用者使用,提高了使用的灵活性,增强了使用效率,加强了加重圆盘10的使用寿命,所述健身床16与辅助板15表面固定连接皮软垫24,所述健身床16底部固定连接床腿25,且所述健身床16后侧通过铰链连接辅助杆26,可以在使用时保护使用者,增强了使用者在使用时的安全,提高了使用效率,方便了使用者使用。

[0020] 综上所述,在本实施例中,本实施例提供的用于体育锻炼的上肢肌肉训练装置,首先在使用前把装置通过底座1固定在需要放置的位置,然后在使用时使用者躺在健身床16上,然后使用者可以根据需求选择需要使用的器械,然后在需要举重锻炼时,通过通孔3把举重杆9安装进去,然后把需要使用的加重圆盘10放置在举重杆9两端,然后通过螺纹22与固定螺帽23进行固定,然后使用者躺在健身床16上进行使用,然后在使用拉力器8与吊环6时,先把举重杆9拆除,然后躺在健身床16上,根据需求选择需要使用的器械,然后在选择拉力器8时,使用者通过拉动拉环20带动拉力弹簧19运动,然后进行上肢肌肉的锻炼,然后在使用滚轮13时,通过固定杆17固定使用者双腿,然后使用者趴在辅助板15上,然后用双手抓住握杆14推动滚轮13进行锻炼,提高了使用效率,方便了使用者使用。

[0021] 以上仅为本实用新型的较佳实施例而已,并不用以限制本实用新型,凡在本实用新型的精神和原则之内所作的任何修改、等同替换和改进等,均应包含在本实用新型的保护范围之内。

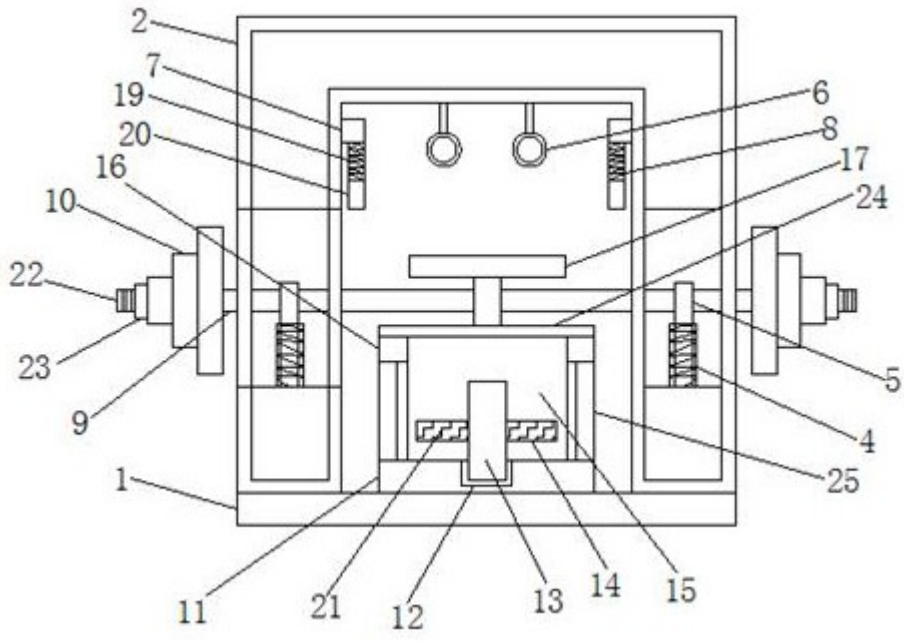


图1

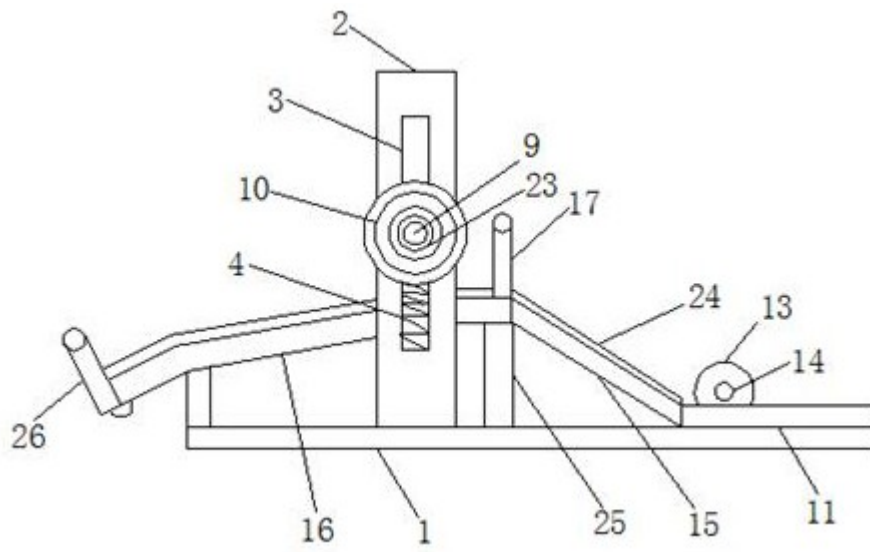


图2

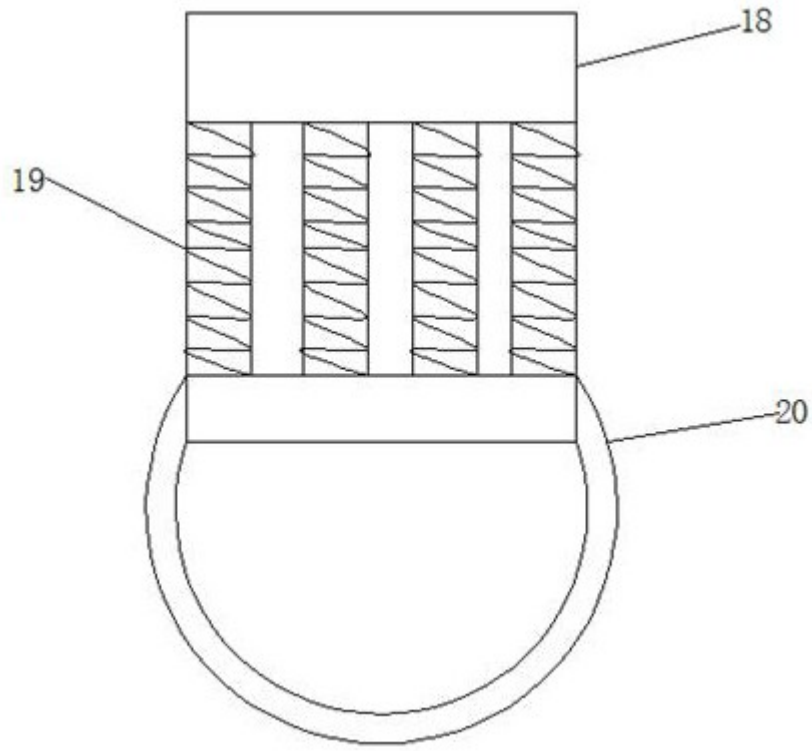


图3