



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 204034137 U

(45) 授权公告日 2014. 12. 24

(21) 申请号 201420515876. 5

(22) 申请日 2014. 09. 10

(73) 专利权人 青岛农业大学

地址 266109 山东省青岛市城阳区长城路
700 号青岛农业大学体育教学部

(72) 发明人 孔燕

(51) Int. Cl.

A63B 21/062 (2006. 01)

A63B 23/12 (2006. 01)

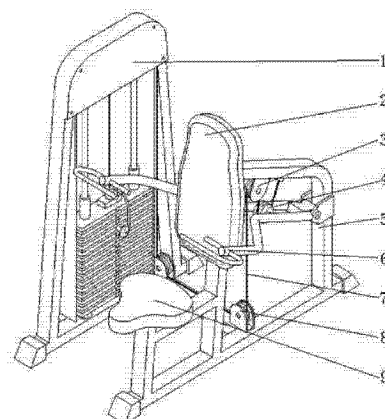
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

(54) 实用新型名称

双臂推压练习器

(57) 摘要

一种双臂推压练习器,属于体育器材领域。包括配重单元、背靠、上滑轮、中滑轮、机架、施力把手、绳索、下滑轮、座位,座位及背靠安装在机架左侧,施力把手通过销轴铰接在机架上,配重单元组装在机架右侧位置,绳索一端固定在机架上,经绕过中滑轮、上滑轮及下滑轮后进入配重单元,另一端固定在配重块上成为一体,中滑轮铰接在施力把手上。使用时,人坐在座椅上,背部靠在背靠上,双手紧握施力件把手,双手用力向下推压施力把手,此时铰接在施力把手上的滑轮做同步运动,迫使绕在其上的绳索做牵引运动,绳索绕过相应各个滑轮后进入配重单元带动配重块做上下运动。如此往复数次,可起到锻炼臂部肌肉的目的。



1. 双臂推压练习器,其特征在于:包括配重单元、背靠、上滑轮、中滑轮、机架、施力把手、绳索、下滑轮、座位,座位(9)及背靠(2)安装在机架(5)左侧,施力把手(6)通过销轴铰接在机架(5)上,配重单元(1)组装在机架(5)右侧位置。

2. 根据权利要求1所述的双臂推压练习器,其特征在于:绳索(7)一端固定在机架(5)上,经绕过中滑轮(4)、上滑轮(3)及下滑轮(8)后进入配重单元(1),另一端固定在配重块上成为一体,中滑轮铰接在施力把手(6)上。

双臂推压练习器

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种双臂推压练习器,属于体育器材领域。

背景技术

[0002] 随着全民健身运动的开展,利用业余时间进行体育锻炼的人们越来越多,由于受时间和场地的限制满足不了这种愿望。各种各样健身器材的出现,为希望通过锻炼得到健康的人们带来了许多便利。目前虽然有许多健身器材,但对于局部锻炼的还比较少。该器械是一种利用短短的休息时间进行局部锻炼,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,在运动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。该器械能够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,本实用新型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双臂推压练习器。

[0005] 本实用新型解决其技术问题所采用的技术方案是:该双臂推压练习器,其特征在于:包括配重单元、背靠、上滑轮、中滑轮、机架、施力把手、绳索、

[0006] 下滑轮、座位,座位及背靠安装在机架左侧,施力把手通过销轴铰接在机架上,配重单元组装在机架右侧位置,绳索一端固定在机架上,经绕过中滑轮、上滑轮及下滑轮后进入配重单元,另一端固定在配重块上成为一体,中滑轮铰接在施力把手上。

[0007] 使用时,人坐在座椅上,背部靠在背靠上,双手紧握施力件把手,双手用力向下推压施力把手,此时铰接在施力把手上的滑轮做同步运动,迫使绕在其上的绳索做牵引运动,绳索绕过相应各个滑轮后进入配重单元带动配重块做上下运动。如此往复数次,可起到锻炼臂部肌肉的目的。

[0008] 所述的双臂推压练习器的材料可以用圆管,方管或钢板。

[0009] 与现有技术相比,本实用新型所具有的有益效果是:通过安装底座缓冲垫,增加安全系数,起到稳定支架作用。本实用新型具有健身功能,对消除肌肉疲劳,减轻肌肉酸痛,促进血液循环。对活动不方便的中老年人病人起到增加运动,促进康复作用。本实用新型结构简单,体积小、不受场地和时间限制,搬运方便,容易操作。

附图说明

[0010] 图1是本实用新型双臂推压练习器的最佳实例,其中:1配重单元 2背靠 3上滑轮 4中滑轮 5机架 6施力把手 7绳索 8下滑轮 9座位。

具体实施方式

[0011] 下面结合附图对本实用新型双臂推压练习器作进一步说明：如图 1 所示：双臂推压练习器，其特征在于：包括配重单元、背靠、上滑轮、中滑轮、机架、施力把手、绳索、下滑轮、座位，座位 9 及背靠 2 安装在机架 5 左侧，施力把手 6 通过销轴铰接在机架 5 上，配重单元 1 组装在机架 5 右侧位置，绳索 7 一端固定在机架 5 上，经绕过中滑轮 4、上滑轮 3 及下滑轮 8 后进入配重单元 1，另一端固定在配重块上成为一体，中滑轮铰接在施力把手 6 上。

[0012] 使用时，人坐在座椅上，背部靠在背靠上，双手紧握施力件把手，双手用力向下推压施力把手，此时铰接在施力把手上的滑轮做同步运动，迫使绕在其上的绳索做牵引运动，绳索绕过相应各个滑轮后进入配重单元带动配重块做上下运动。如此往复数次，可起到锻炼臂部肌肉的目的。

[0013] 所述的双臂推压练习器固定支架的材料可以用圆管，方管或钢板。

[0014] 本实用新型能够给中老年人和运动员在康复和训练过程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，是专业运动队及医院必备的康复器械。

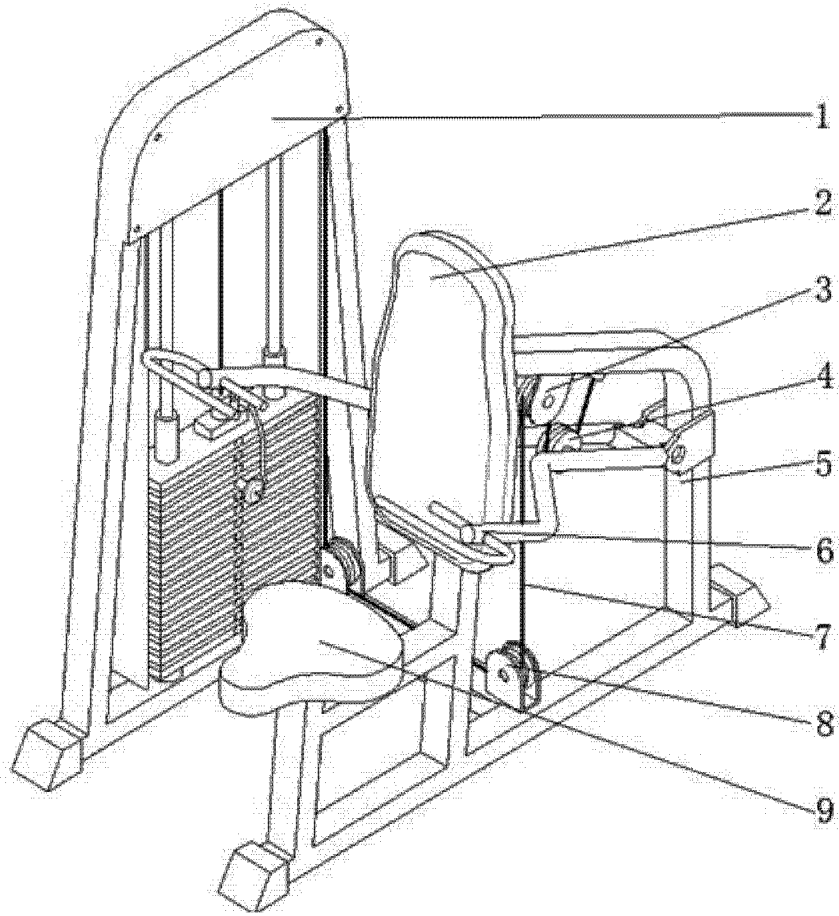


图 1