

[19] 中华人民共和国国家知识产权局

[51] Int. Cl.  
A63B 23/025 (2006.01)



## [12] 实用新型专利说明书

专利号 ZL 200920013851.4

[45] 授权公告日 2010年2月3日

[11] 授权公告号 CN 201394312Y

[22] 申请日 2009.5.20

[21] 申请号 200920013851.4

[73] 专利权人 张敏峰

地址 台湾省台北县新庄市化成路43巷70号

[72] 发明人 张敏峰

[74] 专利代理机构 沈阳科苑专利商标代理有限公司

代理人 许宗富 周秀梅

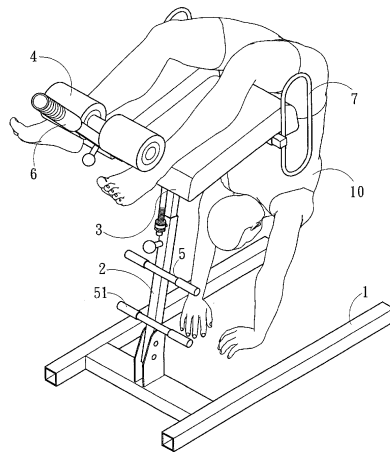
权利要求书1页 说明书4页 附图7页

[54] 实用新型名称

健身器材

[57] 摘要

一种健身器材，指一种提供身体安全进行悬空倒立运动的器材。其提供小腿、脚掌支持且定位在适当高度的结构，让身体下弯形成倒立的姿势，而后得以进行头部至大腿间多项运动的功能。本实用新型健身器材提供多项辅助装置，让身体上、下或坐下、倒立等姿势变化时，该健身器材，皆得以运用身体四肢来加强身体的稳定，避免使用者自该健身器材上跌落，增加运动时的安全性。



1. 一种健身器材，其特征在于包括有：
  - 一底座，放置在地上以支持后述各项装置；
  - 一骨架，以产生身体运动所需要的空间高度的骨架，装置在该底座上；
  - 一腿垫组，以提供小腿置放的腿垫组，装置在该骨架上方；
  - 一脚掌支撑组，让脚掌得勾挂在该脚掌支撑组上来稳定身体位置的脚掌支撑组，装置在该腿垫组的后方；
  - 至少一踏杆，装置在该骨架上，让使用者得踩踏该踏杆到达腿垫组位置；
  - 一握柄，装置在该脚掌支撑组的顶端，当使用者坐在该腿垫组时，得以手部持握该握柄而稳定身体；
  - 二拉环，设置在该腿垫组两侧，让使用者在进行坐姿或悬空倒立的姿势变化时，得握住该拉环而稳定身体。
2. 按权利要求 1 所述的健身器材，其特征在于：该踏杆视使用者步距来调整各阶的高度，以方便使用者踩踏。
3. 按权利要求 1 所述的健身器材，其特征在于：该踏杆表面设置有以保护使用者踩踏时安全的护套。
4. 按权利要求 1 所述的健身器材，其特征在于：该握柄表面粗糙或设置有纹路。
5. 权利要求 1 所述的健身器材，其特征在于：该拉环上设置有一插杆，相对在该腿垫组两侧设置有插孔，使该插杆得置入插孔中固定，以方便装置该拉环或将该拉环取下。
6. 权利要求 1 所述的健身器材，其特征在于：该骨架内置有一调整杆，在该调整杆表面设置有定位孔，该骨架外则置入有一插销，该插销卡入定位孔中固定。
7. 权利要求 1 所述的健身器材，其特征在于：该骨架与腿垫组之间设置有一螺杆，该螺杆旋转调整长度，以该骨架为轴，让该腿垫组得改变角度。
8. 权利要求 1 所述的健身器材，其特征在于：该脚掌支撑组固定在一支架上，该支架内置有一调整杆，该调整杆得拉伸适当长度，在该调整杆表面设置有定位孔，该支架外则置入有一插销，使该插销卡入定位孔中固定。

## 健身器材

### 技术领域

本实用新型是关于一种健身器材，特别指一种用于悬空倒立姿势运动的辅助器材，让使用者可以安全稳定地上、下该健身器材，以保护使用者安全的健身器材。

### 背景技术

按，藉由适度的运动，以调适各种身体机能，进而强化身体健康的方式，乃为大家公认的不二法门。然而，由于现代人生活空间窄小，生活步调紧凑，导致大多数人无法也无心于进行运动，长期之下，各种慢性病与文明病应运而生。

为此，即有适合现代生活的运动辅助器材生。这些健身器材，一部份是为了适应于空间有限的环境而产生，另一部份，则是为了便于使用者进行平常无法达成的运动。

我们知道，人体长期都是处于头上脚下的普遍姿势，少有也不易进行头下脚上的动作。但依照医学上的说法，长期维持单一姿势的结果，会使身体的压力集中在一起，迫使人体的骨骼与内脏承受不当的压力，导致身体的不健康。因此，在可行的情况下，适度的进行倒立运动，将可舒缓身体的压力，保持身体的健康。唯身体倒立并非容易进行的运动，故可藉由辅助器材来达成。

常规结构如美国专利 US 5,125,884 号，其提供一种可进行运动辅助的健身器材，该健身器材可供身体定位，并调整身体角度以进行适当运动。唯该健身器材系将身体限制在狭小的运动空间中，并无多余空间可让使用者自由运用，特别如上所述的倒立运动，故使用范围相当狭隘。

另外，如美国专利 US 5,190,513，其同样提供一种可供身体定位以进行多项运动的辅助器材。唯该健身器材同样会限制身体的运动空间，无法达成前述的倒立运动。

又，如美国专利 US 5,203,755 号，其提供一种可供悬空倒立的健身器材，让使用者可采取俯卧姿势，藉助该健身器材的护垫 30、32、34、36 支撑使用者身体的骨盆一带，并将使用者膝盖弯曲后勾挂在护垫 38、40 上，以稳定使用者下半身，让使用者可自由进行多项倒立运动。然而，常规专利主要是针对俯卧姿势的倒立运动，并不适合应用在仰躺姿势的倒立运动。因为，当使用者身体采取仰躺姿势时，受限於人体关节机能，其仅能将小腿以下部位固定在常规专利上，让膝盖关节可以自由活动，以利使用者进行倒立运动。如此，当使用者要由常规专利倒立垂下，或由倒立姿势返回坐姿时，只能依靠使用者本人的腰力来进行，因此将很容易发生意外，导

致使用者的运动伤害。

由此可知，常规专利仍存有缺失而待加以改进者。

本实用新型设计人有鉴于上述各常规健身器材不足的部份，精心研究，特别注意安全性的问题，经由长期研发与实作，终于研发出本实用新型健身器材。

### 实用新型内容

本实用新型的主要目的在于提供一种健身器材，能让使用者处于悬空倒立姿势运动的辅助器材。

本实用新型的另一目的在于提供一种健身器材，让使用者可安全稳定地上、下该健身器材，以保护使用者安全。

本实用新型的再一目的在于提供一种健身器材，其可视需求调整使用者倒立运动的空间，以进行更多的运动。

可达成上述目的的一种健身器材，指一种提供身体安全进行悬空倒立运动的器材。其提供小腿、脚掌支持且定位在适当高度的结构，让身体下弯形成倒立的姿势，而后得以进行头部至大腿间多项运动的功能。该健身器材包括有一底座，系用来提供后述各项装置的支持以及运用；一骨架，系装置在该底座上，其可调整高度，以产生身体运动所需要的空间高度，一腿垫组，系装置在该骨架上方，以提供使用者小腿置放与支持，让使用者进行倒立运动；一脚掌支撑组，则装置在该腿垫组的后方，让脚掌得勾挂在该脚掌支撑组上来稳定身体位置；至少一踏杆，系装置在该骨架上，当使用者要上、下该健身器材时，得让使用者得踩踏该踏杆到达腿垫组位置；一握柄，系装置在该脚掌支撑组的顶端，当使用者坐在该腿垫组时，得以手部持握该握柄而稳定身体；以及二拉环，系设置在该腿垫组两侧，让使用者在进行坐姿/悬空倒立的姿势变化时，得握住该拉环而稳定身体。藉此，该健身器材让身体上、下该健身器材，或坐下、倒立等姿势变化时，皆得以运用身体四肢来加强身体的稳定，避免使用者自该健身器材上跌落，增加运动时的安全性。

该踏杆视使用者步距来调整各阶的高度，以方便使用者踩踏。该踏杆表面设置有以保护使用者踩踏时安全的护套。该握柄表面粗糙或设置有纹路。该拉环上设置有一插杆，相对在该腿垫组两侧设置有插孔，使该插杆得置入插孔中固定，以方便装置该拉环或将该拉环取下。该骨架内置有一调整杆，在该调整杆表面设置有定位孔，该骨架外则置入有一插销，该插销卡入定位孔中固定。该骨架与腿垫组之间设置有一螺杆，该螺杆旋转调整长度，以该骨架为轴，让该腿垫组得改变角度。该脚掌支撑组固定在一支架上，该支架内置有一调整杆，该调整杆得拉伸适当长度，在该调整杆表面设置有定位孔，该支架外则置入有一插销，使该插销卡入定位孔中固定。

本实用新型所具有的优点:

1. 本实用新型健身器材, 能让使用者处于悬空倒立姿势运动的辅助器材。

2. 本实用新型健身器材, 可让使用者可安全稳定地上、下该健身器材, 以保护使用者安全。

3. 本实用新型健身器材, 其可视需求调整使用者倒立运动的空间, 以进行更多的运动。

#### 附图说明

请参阅以下有关本实用新型一较佳实施例的详细说明及其附图, 将可进一步了解本实用新型的技术内容及其目的功效; 有关该实施例的附图为:

图 1 为本实用新型健身器材的立体图。

图 2 为本实用新型健身器材的结构部份剖视图。

图 3 为本实用新型健身器材的使用动作图(I)。

图 4 为本实用新型健身器材的使用动作图(II)。

图 5 为本实用新型健身器材的使用动作图(III)。

图 6 为本实用新型健身器材的使用动作图(IV)。

图 7 为本实用新型健身器材的使用动作图(V)。

主要组件符号为: 10. 使用者、1. 骨架、2. 骨架、21. 调整杆、22. 定位孔、23. 插销、3. 腿垫组、31. 插孔、4. 脚掌支撑组、5. 踏杆、51. 护套、6. 握柄、7. 拉环、71. 插杆、8. 螺杆、81. 螺丝、9. 支架、91. 调整杆、92. 定位孔、93. 插销。

#### 具体实施方式

请参阅图 1 至图 2 所示为本实用新型所称的一种健身器材, 其主要包括有一底座 1、一骨架 2、一腿垫组 3、一脚掌支撑组 4、至少一踏杆 5、一握柄 6 以及二个拉环 7。

该底座 1 放置在地上, 以提供后述各项装置的支持以及运用。该骨架 2 则装置在该底座 1 上, 其可调整高度, 以产生身体运动所需要的空间高度。该腿垫组 3 装置在该骨架 2 上方, 以提供使用者小腿置放与支持, 让使用者进行倒立运动。该脚掌支撑组 4 则装置在该腿垫组 3 的后方, 让脚掌得勾挂在该脚掌支撑组 4 上来稳定身体位置。而该踏杆 5 装置在该骨架 1 上, 当使用者要上、下该健身器材时, 得让使用者得踩踏该踏杆 5 到达腿垫组 3 位置; 该踏杆 5 上可设置有护套 51, 让使用者踩踏时更为稳定, 提高使用上的安全性。该握柄 6 装置在该脚掌支撑组 4 的顶端, 当使用者坐在该腿垫组 3 时, 得以手部持握该握柄 5 而稳定身体。拉环 7 二个分别设置在该腿垫组 3 两侧, 让使用者在进行坐姿或悬空倒立的姿势变化时, 得握住该拉环 7 而稳定身体。

前述骨架 2 内置有一调整杆 21, 该调整杆 21 表面设置有不同距离的定位孔 22, 而自该骨架 2 外则置入有一插销 23。让该调整杆 21 得视需求

拉伸适当长度，并由该插销 23 卡入定位孔 22 中形成固定。藉此该骨架 2 可调整腿垫组 3 距离地面的高度，以配合不同使用者进行运动。

而该骨架 2 与腿垫组 3 之间设置有一螺杆 8，该螺杆 8 得旋转以带动腿垫组 3 活动，并以该调整杆 21 的末端为轴，让该腿垫组 3 得改变角度，以配合使用者需求。当该螺杆 8 调整完毕后，另以螺丝 81 锁入以求固定。

另外，该脚掌支撑组 4 固定在一支架 9 上，藉由该支架 9 定位该腿垫组 3 与脚掌支撑组 4 之间的相对位置。同样地，该支架 9 内置有一调整杆 91，该调整杆 91 表面设置有不同距离的定位孔 92，而自该支架 9 外则置入有一插销 93。故该调整杆 91 得视需求拉伸不同的长度，再以该插销 93 卡入定位孔 92 中固定。

前述各组件之间的高度、角度调整方式，皆为现有工艺得以轻易完成，故其细节部份在此不予赘述。

而前述踏杆 5 为简单杆体，其目的在于方便使用者上、下该腿垫组 3，故该踏杆 5 得视使用者步距来调整各阶的高度，以方便该使用者踩踏。该踏杆 5 亦得直接焊接在骨架 2 上或采外接方式，端视使用者需求调整之。

该握柄 6 可直接成型在支架 9 上，或设置为一套管套置在该支架 9 上，在该握柄 6 表面可粗糙或设置有纹路，以增加持握时的摩擦力。

该拉环 7 上设置有一插杆 71，相对在该腿垫组 3 两侧设置有插孔 31，使该插杆 71 得置入插孔 31 中固定，以方便装置该拉环 7 或将该拉环 7 取下，藉以维修或拆换腿垫组 3 等器材。

藉此，如图 3 至图 7 所示，该健身器材使用时，使用者 10 首先踩踏该踏杆 5 以坐上腿垫组 3。当坐到腿垫组 3 时，使用者 10 可抓住握柄 6 以保持身体稳定，亦可藉由该握柄 6 辅助将身体往后垂下。当使用者 10 继续向后垂下时，则以双手持握拉环 7 以保持安全与稳定。然后使用者 10 可进行多项悬空倒立的运动，维护身体的健康。反之，当使用者 10 运动完毕后，则首先持握拉环 7 以将身体拉起，待身体坐到腿垫组 3 上时，再抓紧该握柄 6 保持身体稳定，最后可由该踏杆 5 步下健身器材。

上列详细说明乃针对本实用新型的一可行实施例进行具体说明，惟该实施例并非用以限制本实用新型的专利范围，凡未脱离本实用新型技艺精神所为的等效实施或变更，均应包含于本实用新型的专利范围中。

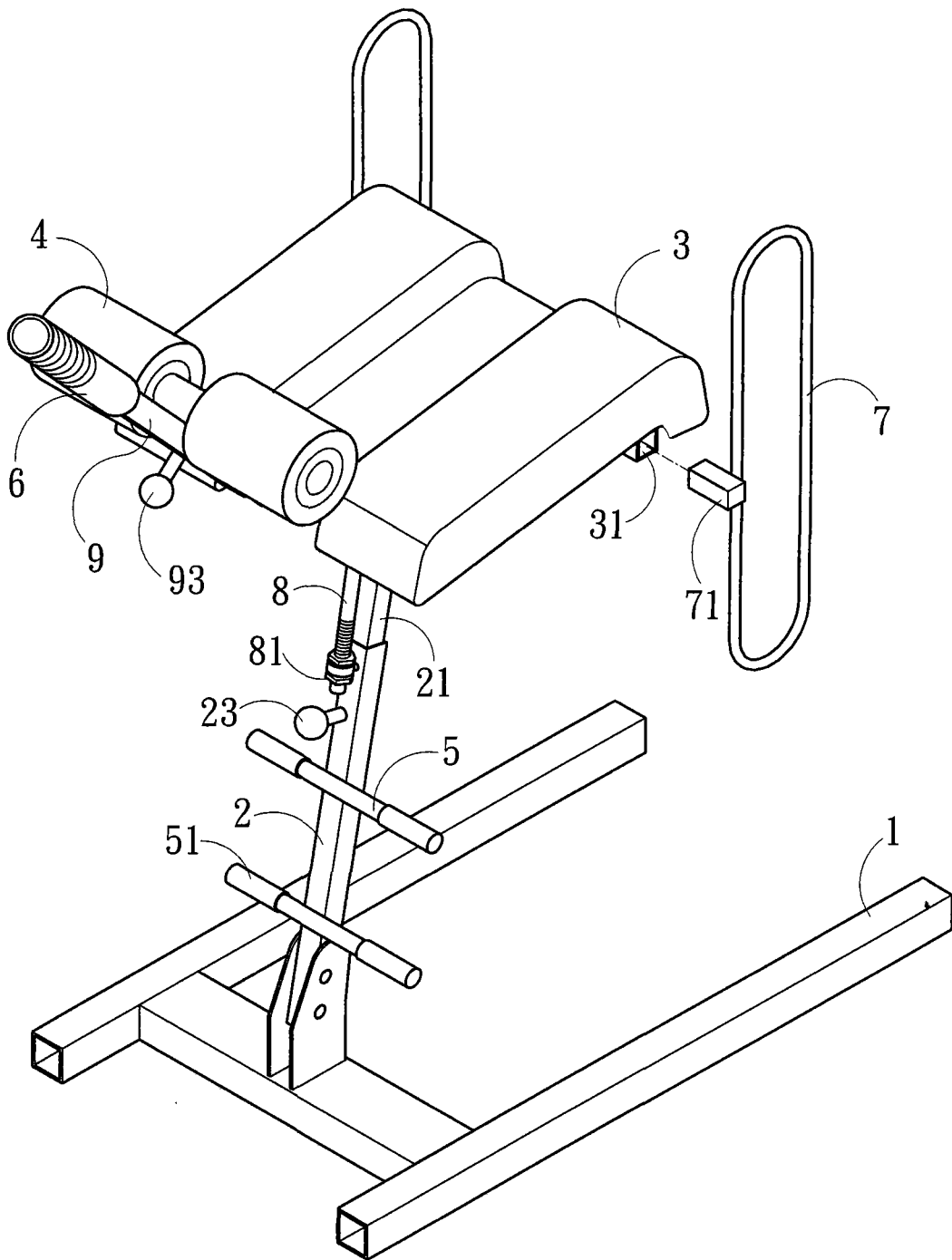


图 1

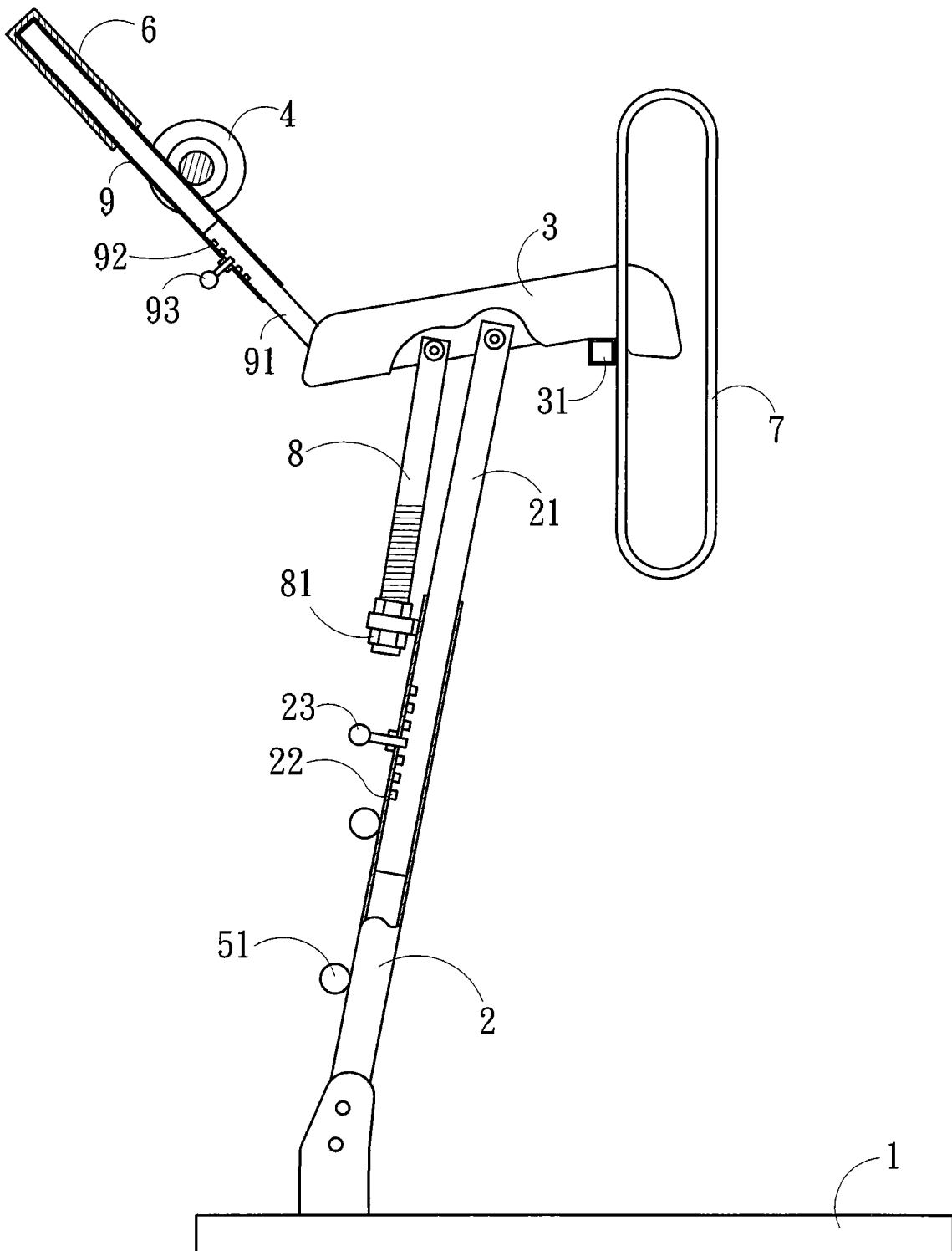


图 2

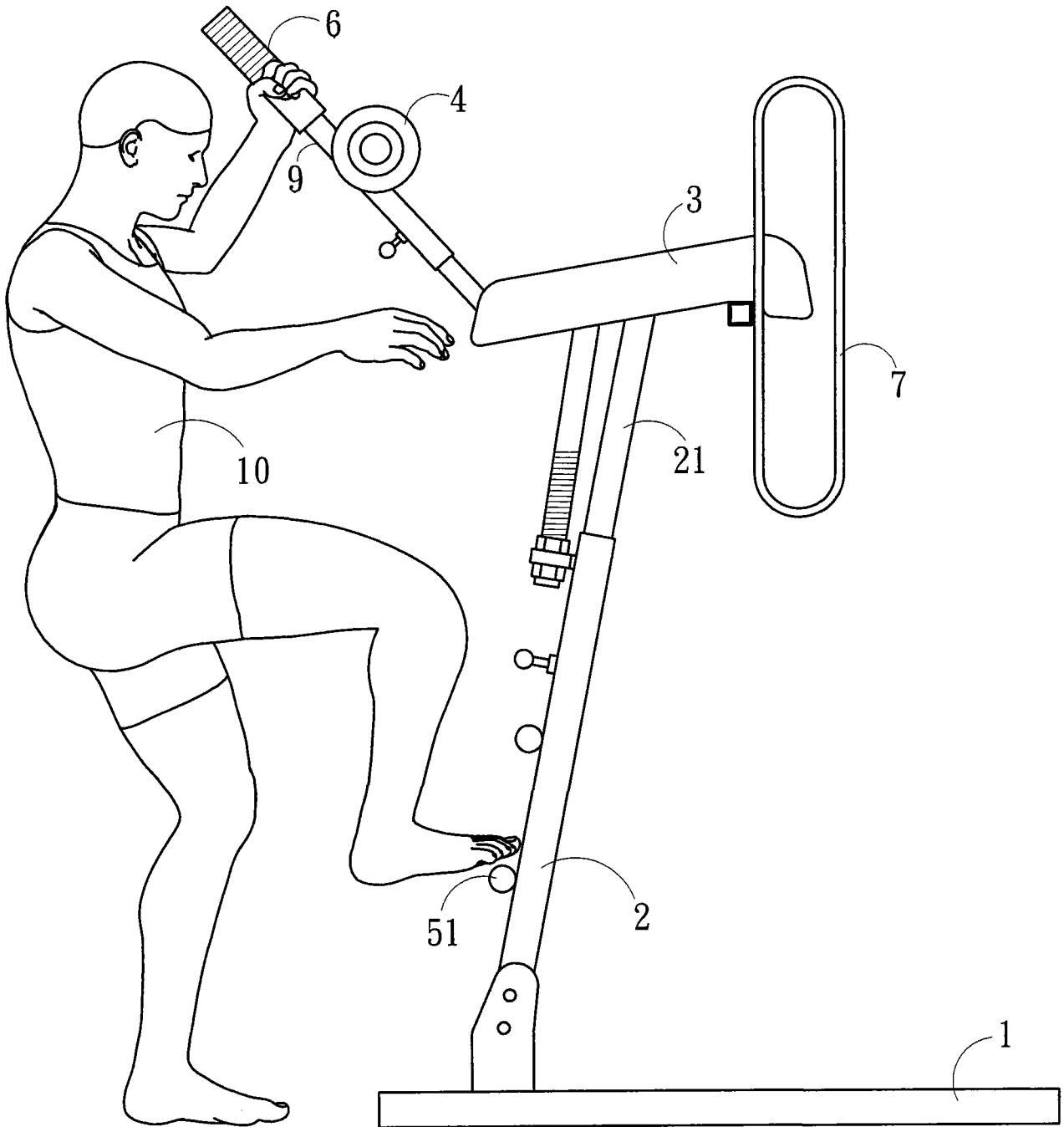


图 3

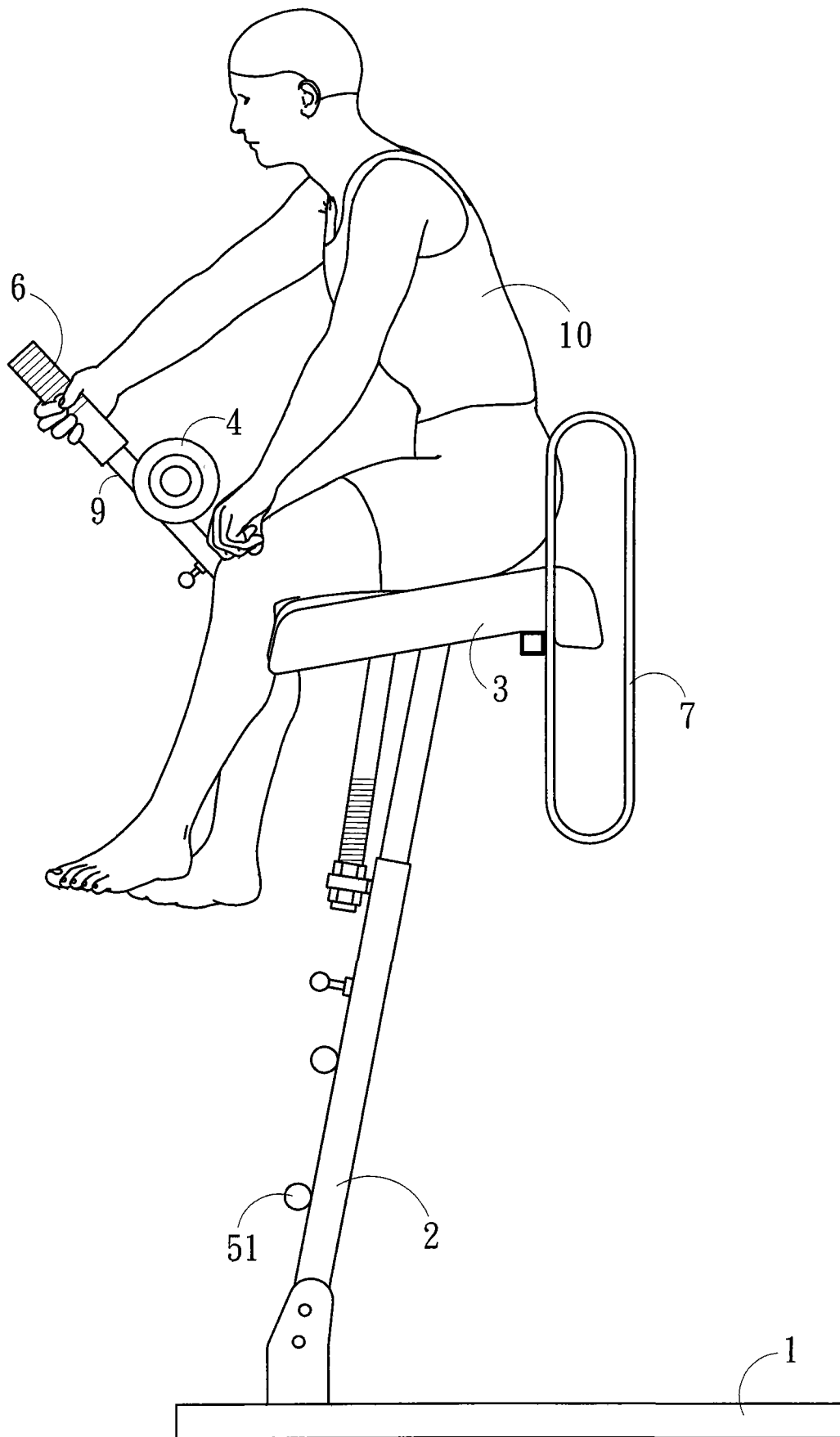


图 4

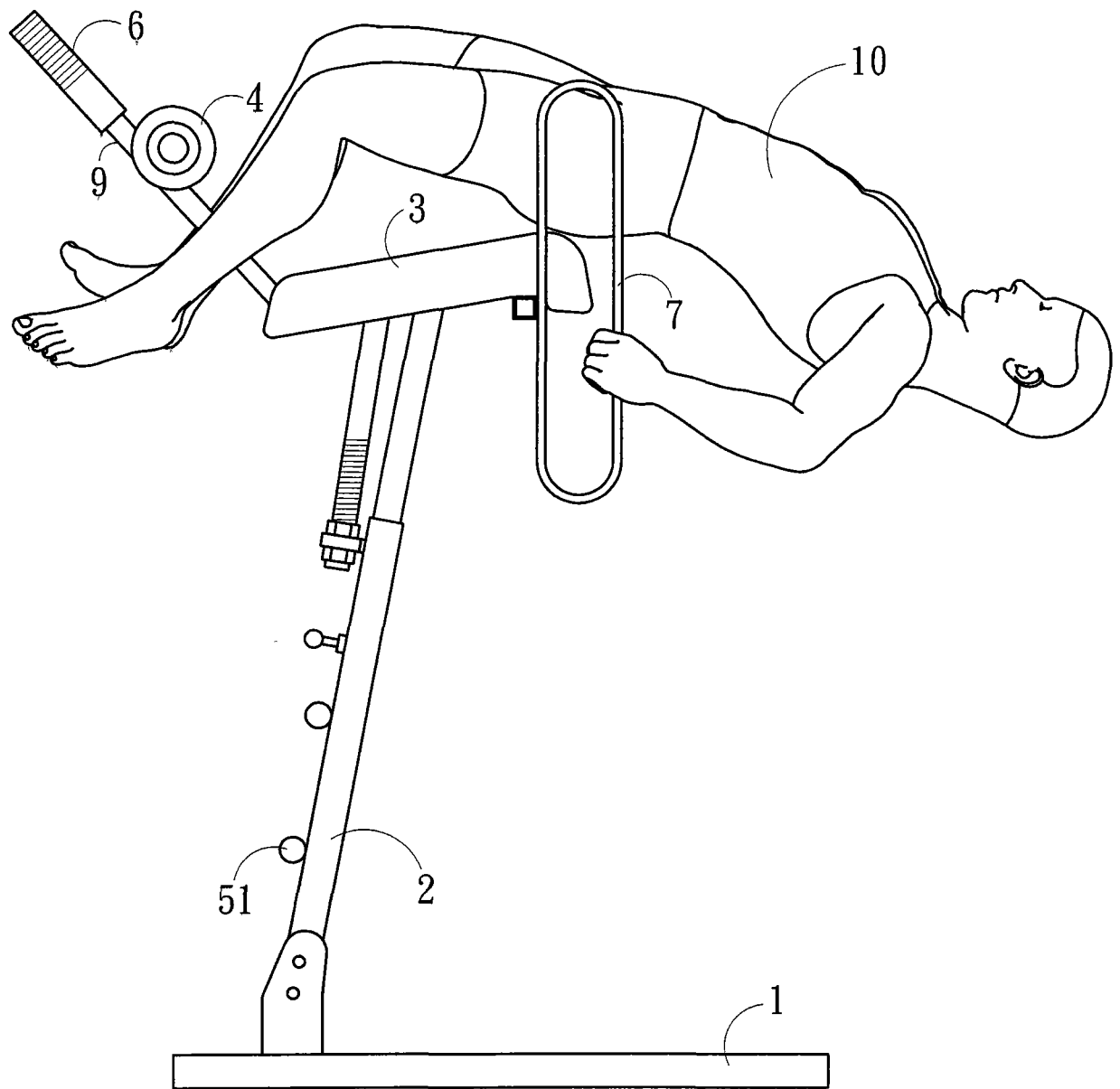


图 5

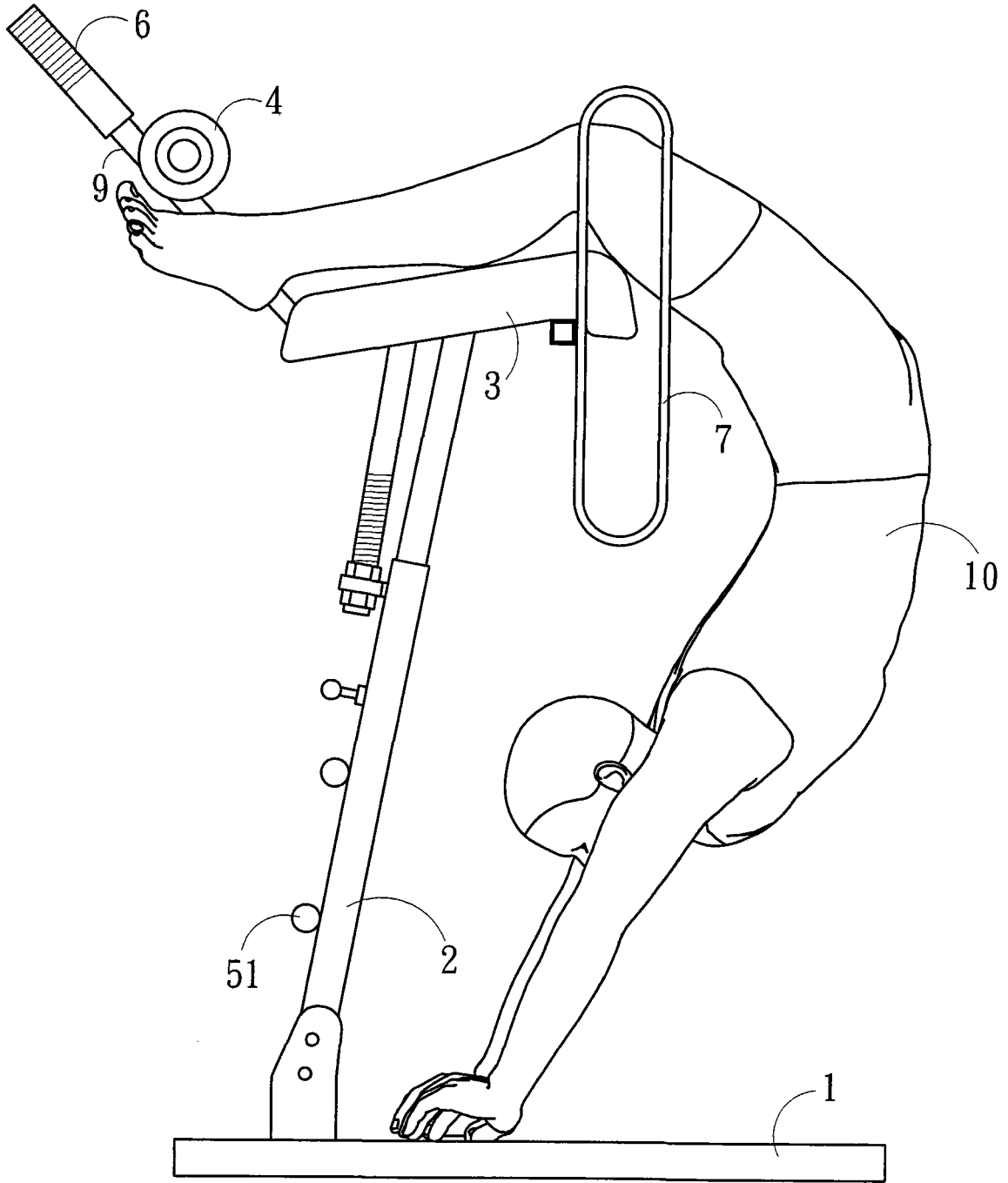


图 6

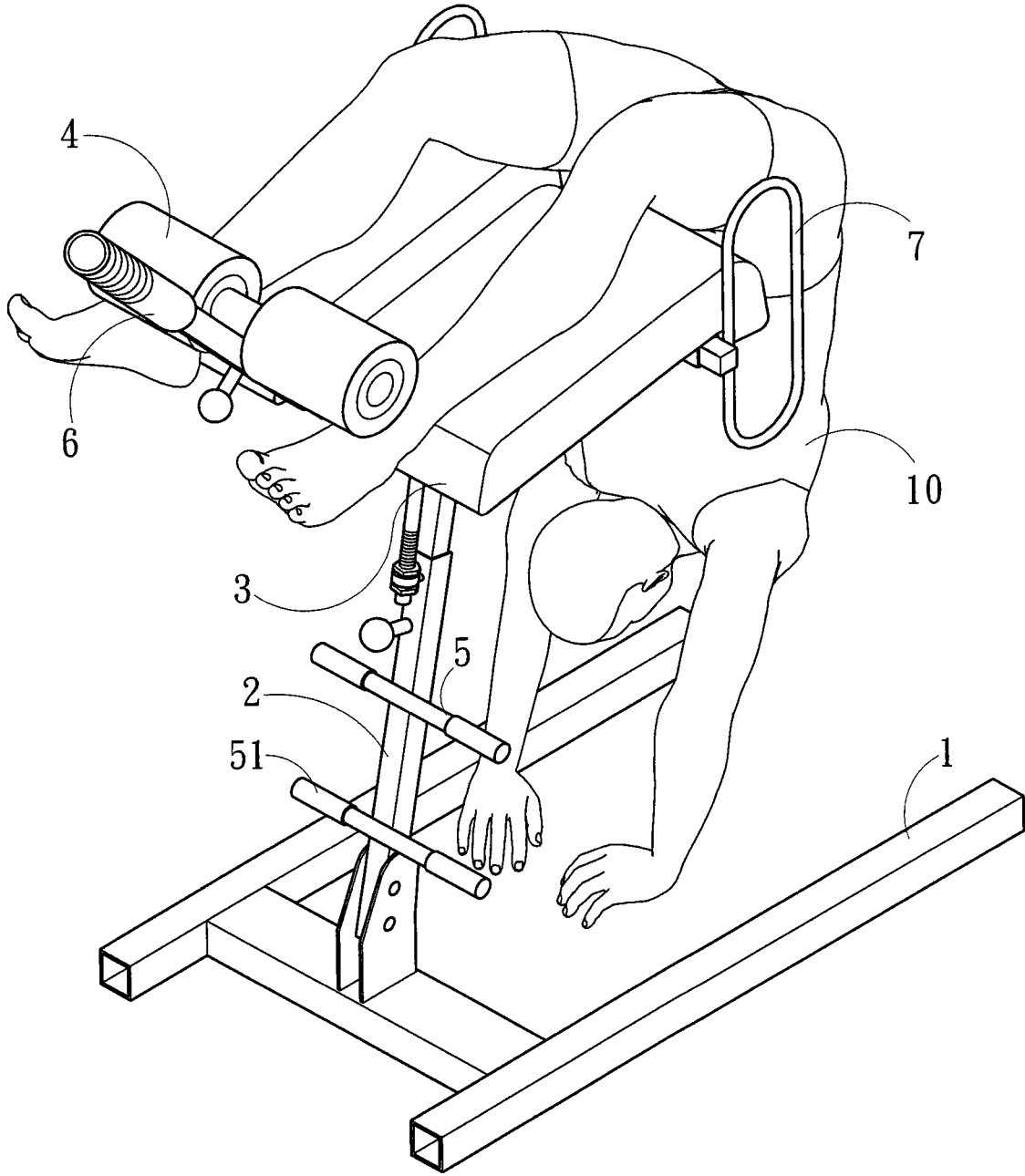


图 7