MINISTERO DELLO SVILUPPO ECONOMICO
DIREZIONE GENERALE PER LA LOTTA ALLA CONTRAFFAZIONE
UFFICIO ITALIANO BREVETTI E MARCHI

DOMANDA DI INVENZIONE NUMERO	**102011901953859**
Data Deposito	**13/06/2011**
Data Pubblicazione	**13/12/2012**

Classifiche IPC

Titolo

ATTREZZO PER L'ALLENAMENTO MUSCOLARE SINERGICO DEI MUSCOLI DELLA PARTE SUPERIORE DEL CORPO.

DESCRIZIONE dell'invenzione avente per TITOLO:

"Attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo"

A nome di Bucceri Francesco residente in La Spezia (CAP 19124) in Via Vittorio Veneto 126, di nazionalità italiana, depositata in data_____ con il n°_____

DESCRIZIONE:

Il presente trovato concerne un attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo mediante l'applicazione di una forza centrifuga che potrà variare in funzione di un raggio o di un peso o di un raggio e di un peso ed in ogni caso in funzione della velocità di rotazione.

L'attrezzo sfrutta un principio molto elementare che si basa sul fatto che in questo caso i nostri muscoli devono vincere la forza centrifuga con l'applicazione di una forza centripeta uguale e contraria.

La muscolatura viene sollecitata in funzione della lunghezza di un braccio di rotazione, da un peso ad esso applicato, da entrambi ed in ogni caso dalla velocità di rotazione.

Nella ideazione di questo attrezzo si è deciso di mantenere fissa la lunghezza del braccio di rotazione, per motivi di praticità d'uso (nulla vieta che questa lunghezza venga ragionevolmente variata), si è invece prevista la possibilità di sostituire i pesi fissati all'estremità dei bracci per rendere nel tempo l'allenamento sempre più severo, la velocità, come è ovvio immaginare, dipende dall'individuo che utilizza l'attrezzo il quale potrà gestire l'intensità dell'allenamento variando la velocità di rotazione dei bracci.

La cosa interessante di tale attrezzo è che grazie alla sua intensità di allenamento

permette entro spazi di tempo molto ridotti di praticare una ginnastica giornaliera per il mantenimento della tonicità muscolare, la sensazione di pompa muscolare si avverte in una manciata di secondi per farci poi avvertire un senso di forte turgidità muscolare.

Un attrezzo semplicissimo, di facilissima realizzazione, che permette di mantenerci in allenamento senza dovere ricorrere ad attrezzature super complesse e supercostose, a volte è sufficiente osservare la natura per capire quale è la strada più semplice per arrivare ad un risultato.

L'utilizzo di questo attrezzo legato come sempre ad una leggera attività di stretching è la soluzione ideale per tutti, tralasciando tutti quei casi dove l'allenamento sia mirato ad una attività sportiva professionistica.

L'attrezzo di cui ci stiamo occupando è costituito da:

1) un tubo in acciaio (o in duro alluminio) della lunghezza di 1400 mm (questa misura potrà essere variata in più, ma non in meno, lo scopo è mantenere le parti ruotanti lontano dal nostro corpo) del diametro esterno di 22 o 25 mm la cui caratteristica essenziale dovrà essere la leggerezza,

2) da due boccole in nylon, sufficientemente lunghe da mantenere in asse la bacchetta di acciaio di cui al seguente punto 3, aventi un foro passante da 6 o 8 mm ed un diametro esterno sufficiente per essere inserite all'estremità del tubo e dotate di una battuta che permetta il non completo inserimento all'interno del tubo stesso,

3) da una bacchetta di acciaio del diametro di 6 o 8 mm che passata all'interno delle due boccole e quindi del tubo possa essere piegata, alle estremità di questo in prossimità delle boccole, a 90° formando due bracci della lunghezza di 300 mm filettati alle estremità per una lunghezza di 40 mm ,

Marco Bucci

4) da due pesi sferici in resina (per esempio resina fenolica), del diametro di 60 mm recanti un foro filettato profondo 40 mm e del peso di 200 g circa.

La caratteristica essenziale dell'attrezzo è data dalla sua estrema leggerezza in quanto l'azione di questo non è legata al peso, ma alla possibilità di generare una forza centrifuga.

Il peso totale dell'attrezzo dovrà essere, in base al materiale ed alle misure, intorno ai due chilogrammi, dovrà essere comunque sempre il più leggero possibile.

Il suo utilizzo è molto semplice ed efficace.

Impugnato il tubo ad una larghezza pari alle proprie spalle, con gli avambracci a 90° e il palmo delle mani rivolto verso il basso, imprimiamo un movimento rotatorio ai due bracci recanti all'estremità i pesi, a questo punto noi generiamo una forza centripeta per contrastare la forza centrifuga data dalla rotazione, ora aumentando o diminuendo tale velocità, a nostro piacimento aumentiamo o diminuiamo la forza da applicare, così facendo, allontanando od avvicinando, alzando od abbassando il tubo rispetto al nostro corpo coinvolgiamo più o meno parecchi muscoli della parte superiore del corpo.

L'allenamento con questo attrezzo è molto intuitivo ed istintivo in quanto la sensazione di "pompa muscolare" ci suggerisce quali sono per noi i movimenti ottimali per il nostro allenamento.

Impugnando l'attrezzo con i l palmo delle mani rivolto verso l'alto saremo in grado di stimolare i muscoli delle braccia.

Tenendo il tubo poggiato al corpo all'altezza delle anche, tenendolo bloccato in questa posizione, si possono tonificare anche i muscoli delle gambe imprimendo una rotazione dei bracci mediante ripetuti movimenti degli arti inferiori che

manterranno la rotazione con brevissime escursioni in alto ed in basso.

Il trovato sopra descritto è visibile nel disegno allegato.

Quanto fino ad ora descritto rappresenta il cuore dell'invenzione, dove si sfrutta una forza centrifuga che andrà a stimolare la nostra muscolatura.

Nulla vieta che questo attrezzo possa essere costruito con dimensioni più importanti per tutti coloro che amano il fitness estremo.

I pesi potranno essere rivestiti di morbida gomma espansa ,questo rivestimento di gomma, come è intuitivo, ha lo scopo di evitare urti dannosi con i compagni di allenamento.

In riferimento a quanto appena detto possiamo usare un'altra soluzione per risolvere il problema utilizzando l'applicazione di due carter molto leggeri che racchiudano i due manovellismi rappresentati dai due bracci con i relativi pesi.

Quanto appena detto, in riferimento al rivestimento di gomma od all'utilizzo di due carter, non facendo parte dell'idea innovativa, sarà a discrezione del costruttore che valuterà e stabilirà eventuali spessori e dimensioni, il costruttore potrà avvalersi dei consigli dell'inventore.

RIVENDICAZIONI dell'invenzione avente per TITOLO:

"Attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo"

A nome di Bucceri Francesco residente in La Spezia (CAP 19124) in Via Vittorio Veneto 126, di nazionalità italiana, depositata in data_____ con il n°_____

RIVENDICAZIONI:

1ª) attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo che sfrutta a tale scopo una forza centrifuga.

2ª) attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo secondo la rivendicazione 1ª caratterizzato dalla presenza di un tubo metallico di lunghezza non inferiore a 1400 mm.

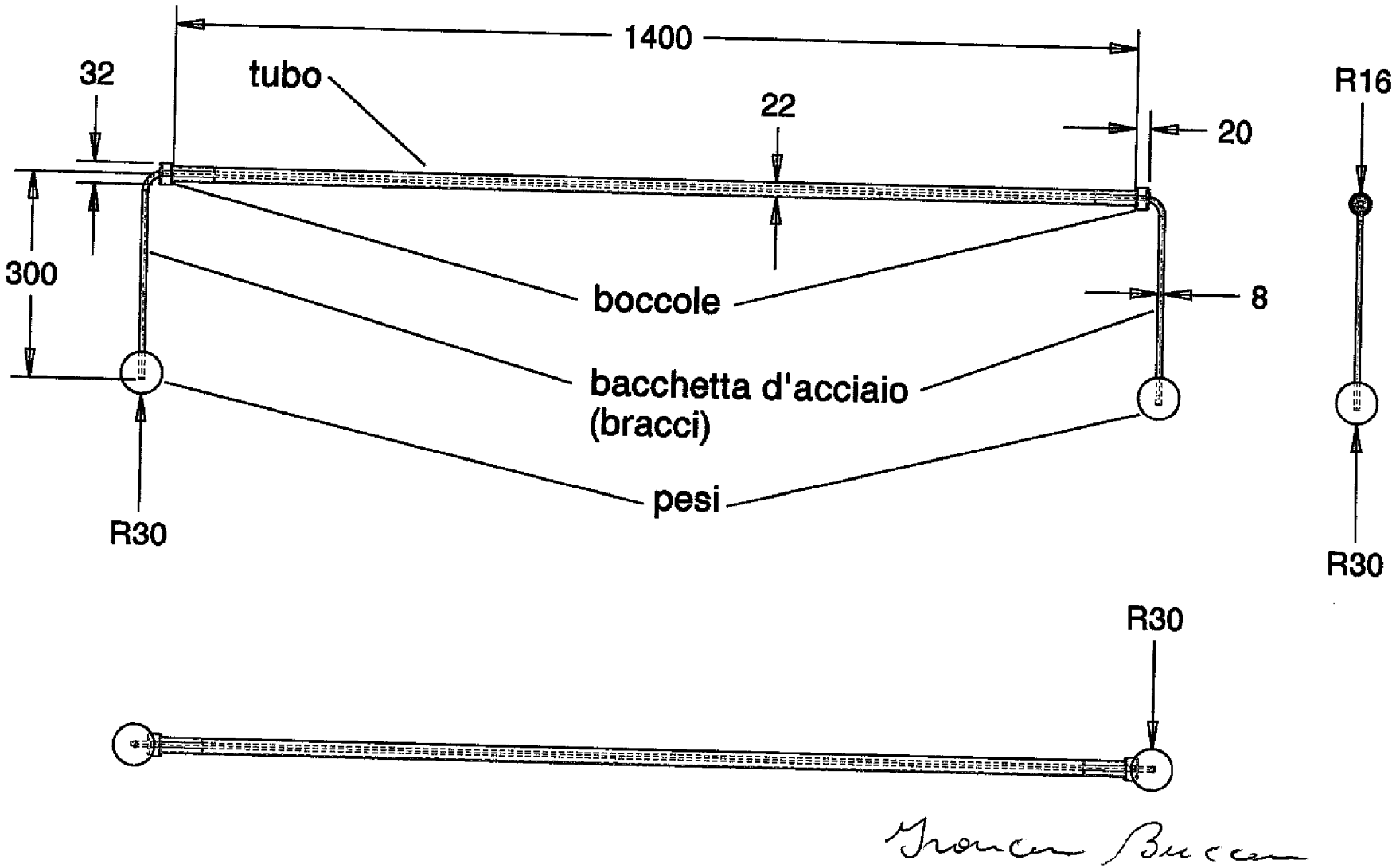
3ª) attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo secondo le rivendicazioni 1ª e 2ª caratterizzato dalla presenza di due boccole da inserire parzialmente all'estremità del tubo.

4ª) attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo secondo le rivendicazioni 1ª, 2ª e 3ª caratterizzato dalla presenza di una bacchetta di acciaio passante per il tubo e per le boccole, piegata all'estremità del tubo, in prossimità delle boccole, a 90° per formare due bracci.

5ª) attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo secondo le rivendicazioni 1ª, 2ª , 3ª e 4ª e caratterizzato dalla presenza di due pesi sferici fissati all'estremità dei bracci.

6ª) attrezzo per l'allenamento muscolare sinergico dei muscoli della parte superiore del corpo come alle precedenti rivendicazioni e sostanzialmente come descritto nella descrizione ed illustrato nell'allegato disegno.

Bucceri


1400
32
tubo
22
20
R16
300
boccole
8
bacchetta d'acciaio
(bracci)
pesi
R30
R30
R30