



# (12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 109045611 A

(43)申请公布日 2018.12.21

(21)申请号 201810994568.8

(22)申请日 2018.08.27

(71)申请人 安徽信息工程学院

地址 241000 安徽省芜湖市弋江区文津西路8号

(72)发明人 曹春顺

(74)专利代理机构 芜湖思诚知识产权代理有限公司 34138

代理人 房文亮

(51) Int. Cl.

A63B 23/12(2006.01)

A63B 21/06(2006.01)

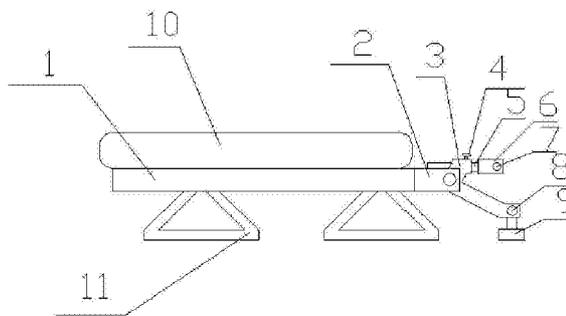
权利要求书1页 说明书4页 附图5页

## (54)发明名称

一种肱三头肌练习器械

## (57)摘要

本发明公开了一种肱三头肌练习器械,涉及健身器材领域,包括底架和运动架,所述底架的右端设有钳口,所述运动架与钳口转动连接,所述运动架包括“V”字形的转动架、伸缩架、握把和承接杆,所述伸缩架的端部设有与转动架滑动连接滑动杆,所述转动架上设有固定机构,所述握把设于伸缩架的两侧,所述承接杆设于转动架的两侧,所述底架的内部设有矫正机构,该种肱三头肌练习器械,能让练习者保持良好的身体姿态,固定大小臂夹角,并且设有反光镜,辅助练习者观察自己的手臂动作,极大的提升初学者的锻炼效果。



1. 一种肱三头肌练习器械,包括底架(1)和运动架,所述底架的右端设有钳口(2),所述运动架与钳口(2)转动连接,其特征在于,所述运动架包括“V”字形的转动架(3)、伸缩架(6)、握把(7)和承接杆(8),所述伸缩架(6)的端部设有与转动架(3)滑动连接滑动杆(5),所述转动架(3)上设有固定机构,所述握把(7)设于伸缩架(6)的两侧,所述承接杆(8)设于转动架(3)的两侧,所述底架(1)的内部设有矫正机构。

2. 根据权利要求1所述的一种肱三头肌练习器械,其特征在于:所述矫正机构包括设于底架(1)内部的滑轨(17)、与滑轨(17)垂直且滑动连接的滑杆(16)、与滑杆(16)垂直且滑动连接的支撑杆(12)、与支撑杆铰接的固定杆(15),所述固定杆(15)上转动设有反光镜(13)。

3. 根据权利要求1所述的一种肱三头肌练习器械,其特征在于:所述底架(1)的底部设有锥形支撑脚(11)。

4. 根据权利要求1所述的一种肱三头肌练习器械,其特征在于:所述底架(1)的顶部设有泡沫垫(10)。

5. 根据权利要求1所述的一种肱三头肌练习器械,其特征在于:所述固定机构包括设于滑动杆(5)上的固定孔(14)和设于转动架(3)上的固定销(4)。

6. 根据权利要求1所述的一种肱三头肌练习器械,其特征在于:所述转动架(3)的底部设有减震块(9)。

## 一种肱三头肌练习器械

### 技术领域

[0001] 本发明涉及健身器材领域,具体涉及一种肱三头肌练习器械。

### 背景技术:

[0002] 随着人们生活水平的不断提高,人们对健康的生活方式和健美的体型的需求也不断地增加。力量练习能很好的帮助锻炼者锻炼出良好的体型,提高身体素质,减少疲劳感,提升身体的平衡感和协调性。本研究针对此种情况,发明一种肱三头肌锻炼装置,帮助锻炼者有效的提高肱三头肌的练习效率,从而促进上下肢协调均衡发展,提升基础代谢率,燃烧更多热量。

[0003] 现有的肱三头肌锻炼方法,多以自由器械练习为主,对练习者的技术要求比较高。初学者往往不能很好控制自己的大小臂夹角,造成肱三头肌锻炼效果不理想。本研究针对此种情况,发明一种肱三头肌锻炼装置。能让练习者保持良好的身体姿态,固定大小臂夹角。并且设有反光镜,辅助练习者观察自己的手臂动作,极大的提升初学者的锻炼效果。

[0004] 如申请号为CN201810182597.4公开了一种锻炼三头肌的健身器械,属于健身器械领域。该种锻炼三头肌的健身器械的主要目的在于为广大的健身运动爱好者和健身行业经营者提供一款专门针对于上肢肱三头肌锻炼的坐式健身器械,根据曲臂下压动作的运动原理,通过克服配重片重力来实现锻炼肌肉力量的目的,为了实现以上目的,对各个零部件进行加工处理,其中包括:配重箱、连接柱、平衡件、转动轴、靠背、摆动臂、插销、坐垫、牵引绳索、底座滑轮、主支架;待各个零部件加工制成后,按照相应的安装流程进行安装,使用时遵照使用说明进行操作使用;该种锻炼三头肌的健身器械不仅可以帮助健身爱好者锻炼身体和进行专业训练,也可以辅助患有相关伤病的患者进行康复训练,是一种便捷型健身器械,但是该种健身器械并未公开如何更好的观察自己锻炼过程中的动作,从而得到更加有效的锻炼。

[0005] 如申请号为CN201120556851.6公开了一种肱三头肌训练仪器,训练仪的壳体内设有配重仓和中仓,且壳体外设有训练时手持的握把,所述的配重仓内设有配重砝码,所述的中仓内的转子柱通过轴承固定于两块永磁体之间,所述的转子柱两极与固定在壳体上的指示灯连接。该装置结构简单,制造成本低,便于产业化推广,在使用该仪器进行训练时,由于有了指示灯进行训练强度指示,增加训练效果,不仅增加了锻炼的质量,也使得训练的强度可以自由调节,但是该种健身器械并未公开如何更好的观察自己锻炼过程中的动作,从而得到更加有效的锻炼。

### 发明内容

[0006] 本发明的目的在于提供一种肱三头肌练习器械,以解决现有技术中导致的上述多项缺陷。

[0007] 一种肱三头肌练习器械,包括底架和运动架,所述底架的右端设有钳口,所述运动架与钳口转动连接,所述运动架包括“V”字形的转动架、伸缩架、握把和承接杆,所述伸缩架

的端部设有与转动架滑动连接滑动杆,所述转动架上设有固定机构,所述握把设于伸缩架的两侧,所述承接杆设于转动架的两侧,所述底架的内部设有矫正机构。

[0008] 优选的,所述矫正机构包括设于底架内部的滑轨、与滑轨垂直且滑动连接的滑杆、与滑杆垂直且滑动连接的支撑杆、与支撑杆铰接的固定杆,所述固定杆上转动设有反光镜。

[0009] 优选的,所述底架的底部设有锥形支撑脚。

[0010] 优选的,所述底架的顶部设有泡沫垫。

[0011] 优选的,所述固定机构包括设于滑动杆上的固定孔和设于转动架上的固定销。

[0012] 优选的,所述转动架的底部设有减震块。

[0013] 本发明的优点在于:该种肱三头肌练习器械,能让练习者保持良好的身体姿态,固定大小臂夹角,并且设有反光镜,辅助练习者观察自己的手臂动作,极大的提升初学者的锻炼效果。

## 附图说明

[0014] 图1为本发明实施例1的右视图。

[0015] 图2为本发明实施例1的左视图。

[0016] 图3为本发明实施例1的俯视图。

[0017] 图4为本发明中底架内部剖面视图。

[0018] 图5为本发明实施例2的右视图。

[0019] 图6为本发明实施例2的左视图。

[0020] 图7为本发明实施例2的俯视图。

[0021] 其中:1—底架,2—钳口,3—转动架,4—固定销,5—滑动杆,6—伸缩架,7—握把,8—承接杆,9—减震块,10—泡沫垫,11—支撑脚,12—支撑杆,13—反光镜,14—固定孔,15—固定杆,16—滑杆,17—滑轨,18—连接杆,19—配重箱,20—滑轮,21—牵引绳。

## 具体实施方式

[0022] 为使本发明实现的技术手段、创作特征、达成目的与功效易于明白了解,下面结合具体实施方式,进一步阐述本发明。

[0023] 实施例1

[0024] 如图1至图4所示,一种肱三头肌练习器械,包括底架1和运动架,所述底架的右端设有钳口2,所述运动架与钳口2转动连接,所述运动架包括“V”字形的转动架3、伸缩架6、握把7和承接杆8,所述伸缩架6的端部设有与转动架3滑动连接滑动杆5,所述转动架3上设有固定机构,通过滑动杆5和固定机构可以调节滑动杆5的长度并进行固定,从而符合大多数人的要求,所述握把7设于伸缩架6的两侧,所述承接杆8设于转动架3的两侧,所述底架1的内部设有矫正机构,矫正机构能够辅助锻炼者规范自己的动作。

[0025] 值得注意的是,所述矫正机构包括设于底架1内部的滑轨17、与滑轨17垂直且滑动连接的滑杆16、与滑杆16垂直且滑动连接的支撑杆12、与支撑杆铰接的固定杆15,所述固定杆15上转动设有反光镜13,锻炼者可以通过反光镜13观察自己的动作,从而进行规范的锻炼,并且不用时可以将反光镜13收起来放入到底架1的内部。

[0026] 在本实施例中,所述底架1的底部设有锥形支撑脚11,锥形支撑脚11的顶部朝向运

动架,能够有效的起到支撑作用,防止器械侧翻。

[0027] 在本实施例中,所述底架1的顶部设有泡沫垫10,当锻炼者躺在器械上时,能够起到很好的缓冲作用,同时使锻炼者拥有舒适的锻炼环境。

[0028] 在本实施例中,所述固定机构包括设于滑动杆5上的固定孔14和设于转动架3上的固定销4,滑动杆5可以进行长度调节,并且通过固定销4和固定孔14的配合实现固定,从而实现不同手臂长度的人使用。

[0029] 此外,所述转动架3的底部设有减震块9,能够减小器械对地面的冲击力,防止地面损坏,并且减小锻炼结束后造成巨大的噪音。

[0030] 实施例2

[0031] 如图4至图7所示,一种肱三头肌练习器械,包括配重箱19、底架1和运动架,所述底架的右端设有钳口2,所述运动架与钳口2转动连接,所述运动架包括“V”字形的转动架3、伸缩架6和握把7,所述伸缩架6的端部设有与转动架3滑动连接滑动杆5,所述转动架3上设有固定机构,通过滑动杆5和固定机构可以调节滑动杆5的长度并进行固定,从而符合大多数人的要求,所述握把7设于伸缩架6的两侧,所述转动架3的底部设有与配重箱19上的配重块连接的牵引绳21,锻炼者可以根据自身的需要选择不同数量的配重块进行锻炼,所述配重箱19的侧面设有连接杆18,所述连接杆18设有与牵引绳21滚动连接的滑轮20,牵引绳21通过滑轮20来控制牵引绳21的走向,所述底架1的内部设有矫正机构,矫正机构能够辅助锻炼者规范自己的动作。

[0032] 值得注意的是,所述矫正机构包括设于底架1内部的滑轨17、与滑轨17垂直且滑动连接的滑杆16、与滑杆16垂直且滑动连接的支撑杆12、与支撑杆12较接的固定杆15,所述固定杆15上转动设有反光镜13,锻炼者可以通过反光镜13观察自己的动作,从而进行规范的锻炼,并且不用时可以将反光镜13收起来放入到底架1的内部。

[0033] 在本实施例中,所述底架1的底部设有锥形支撑脚11,所述支撑脚11的一端与连接杆18固定连接,锥形支撑脚11的顶部朝向运动架,能够有效的起到支撑作用,防止器械侧翻。

[0034] 在本实施例中,所述底架1的顶部设有泡沫垫10,当锻炼者躺在器械上时,能够起到很好的缓冲作用,同时使锻炼者拥有舒适的锻炼环境。

[0035] 在本实施例中,所述固定机构包括设于滑动杆5上的固定孔14和设于转动架3上的固定销4,滑动杆5可以进行长度调节,并且通过固定销4和固定孔14的配合实现固定,从而实现不同手臂长度的人使用。

[0036] 此外,所述转动架3的底部设有减震块9,所述减震块9设于连接杆18上方,能够减小器械对地面的冲击力,防止地面损坏,并且减小锻炼结束后造成巨大的噪音。

[0037] 基于上述,该种肱三头肌练习器械,包括底架1和运动架,所述底架的右端设有钳口2,所述运动架与钳口2转动连接,所述运动架包括“V”字形的转动架3、伸缩架6、握把7和承接杆8,所述伸缩架6的端部设有与转动架3滑动连接滑动杆5,所述转动架3上设有固定机构,通过滑动杆5和固定机构可以调节滑动杆5的长度并进行固定,从而符合大多数人的要求,所述握把7设于伸缩架6的两侧,所述承接杆8设于转动架3的两侧,所述底架1的内部设有矫正机构,矫正机构能够辅助锻炼者规范自己的动作,所述固定杆15上转动设有反光镜13,锻炼者可以通过反光镜13观察自己的动作,从而进行规范的锻炼,并且不用时可以将反

光镜13收起来放入到底架1的内部,所述底架1的底部设有锥形支撑脚11,锥形支撑脚11的顶部朝向运动架,能够有效的起到支撑作用,防止器械侧翻。

[0038] 由技术常识可知,本发明可以通过其它的不脱离其精神实质或必要特征的实施方案来实现。因此,上述公开的实施方案,就各方面而言,都只是举例说明,并不是仅有的。所有在本发明范围内或在等同于本发明的范围内的改变均被本发明包含。

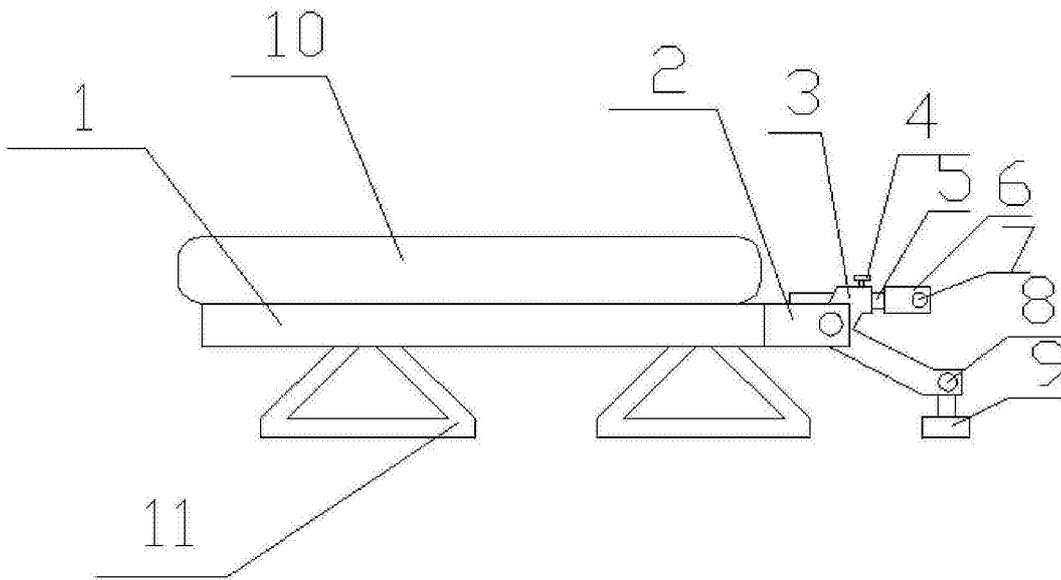


图1

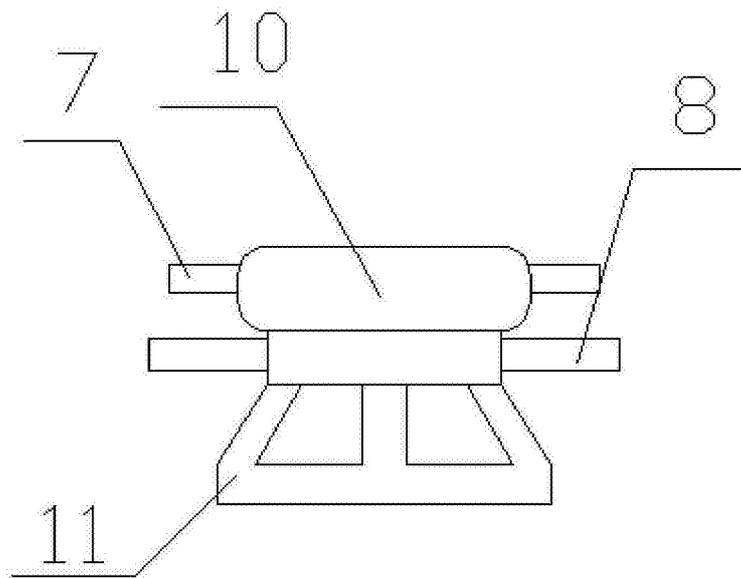


图2



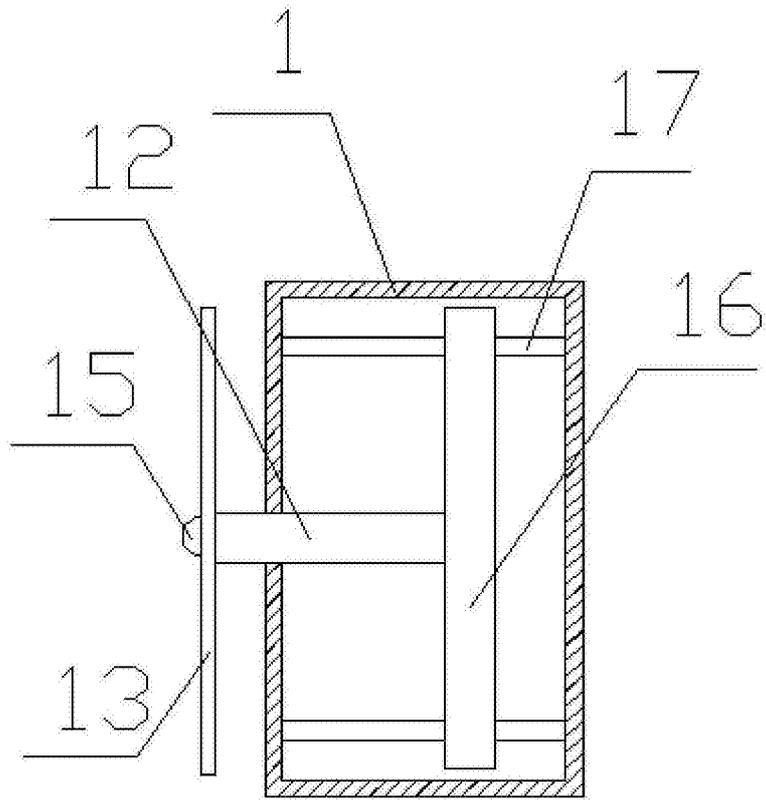


图4

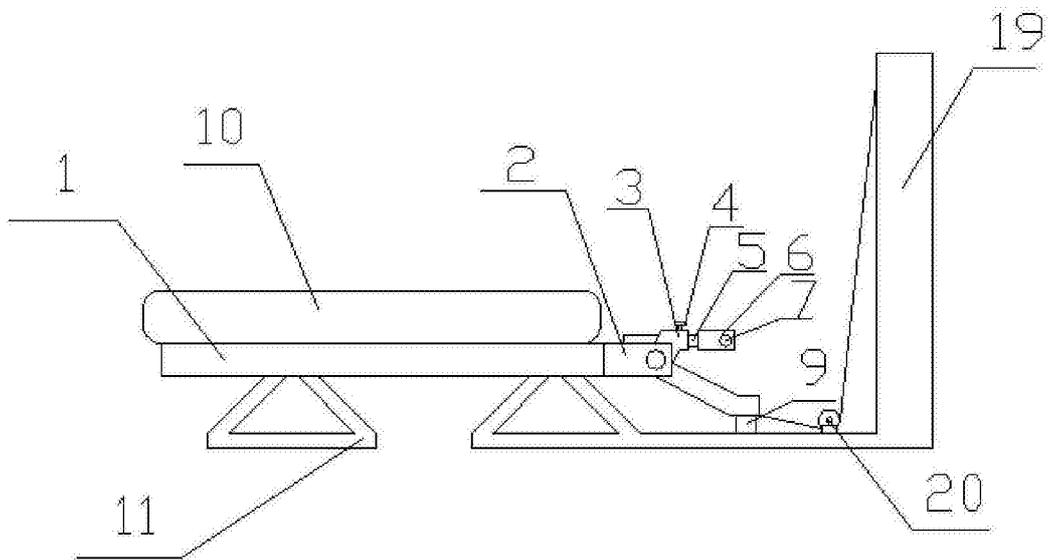


图5

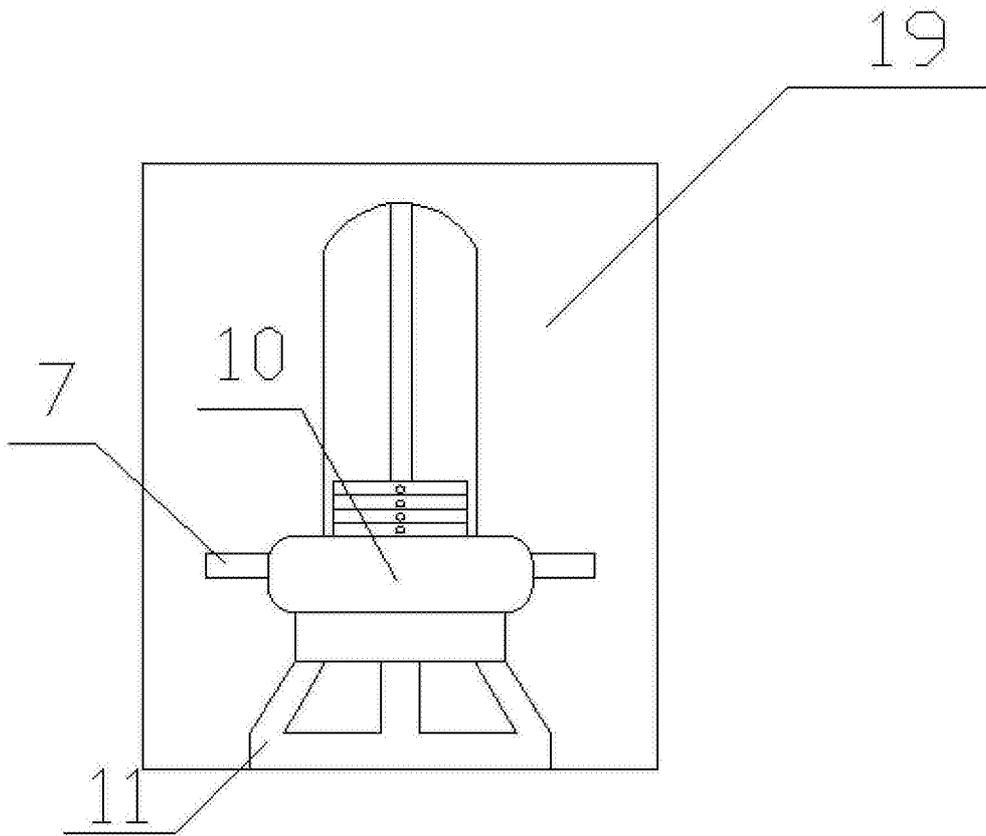


图6

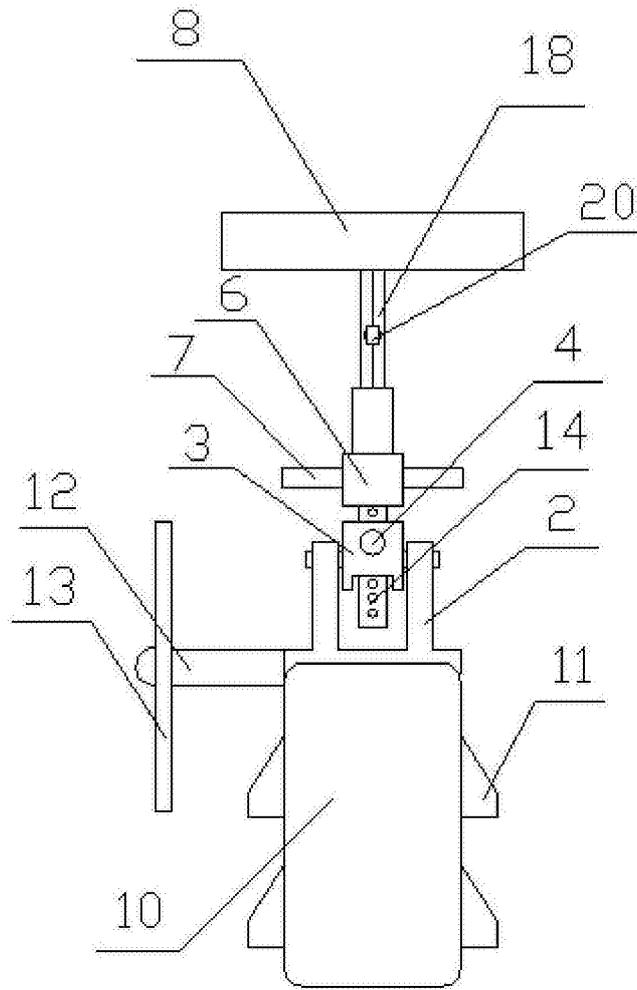


图7