



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 206995733 U

(45)授权公告日 2018.02.13

(21)申请号 201720388549.1

A63B 1/00(2006.01)

(22)申请日 2017.04.12

A63B 22/06(2006.01)

(73)专利权人 宫晨亮

地址 265612 山东省烟台市蓬莱市大辛店镇大宫家村

(72)发明人 宫晨亮 桑基翔 王仲勋 王浩  
张燕芳 刘耀文 袁志刚 刘振洋

(74)专利代理机构 青岛发思特专利商标代理有限公司 37212

代理人 耿霞

(51)Int.Cl.

A63B 26/00(2006.01)

A63B 23/02(2006.01)

A63B 23/12(2006.01)

A63B 21/072(2006.01)

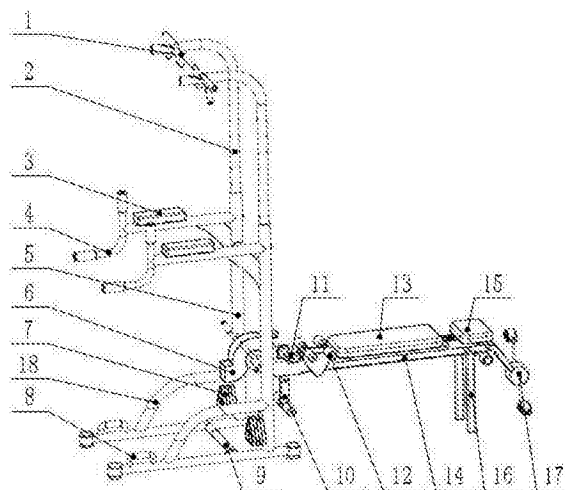
权利要求书1页 说明书3页 附图3页

(54)实用新型名称

大学生宿舍可折叠健身套组

(57)摘要

本实用新型涉及一种大学生宿舍可折叠健身套组，其属于健身器材技术领域。它是由单杠杠铃两用杆、双腿抬杆器、双臂伸屈器、大块仰卧板、小块仰卧板、收腹机、哑铃凳、动感单车、俯卧撑支架、三角形哑铃片与存于主支撑轨道的暗盒中的哑铃杆整合而成一件可折叠的健身器材。本实用新型的有益效果是：促使大学生利用课余时间进行健身，节约了资金成本，在身体得到了很好锻炼的同时，也丰富了乏味课余的生活，有利于大学生增强体质；合理的结构设计、多功能健身器材的有效结合，节省了可放置的空间，可满足大部分学生的身体锻炼需求。



1. 一种大学生宿舍可折叠健身套组,其特征在于:包括直立组件和横卧组件;所述直立组件包括一组由固定钢管(9)连接的、由弧形支撑架(18)支撑固定的L形主支架(5),在主支架(5)上方设有一组伸缩支撑架(2)、侧边横向设有双腿抬杆器(3)、底部设有三角形哑铃片(7)和俯卧撑支架(8),在所述伸缩支撑架(2)的端部设有单杠杠铃两用杆(1),在所述双腿抬杆器(3)的端部设有双臂伸屈器(4);所述横卧组件包括前端带有挂钩(6)的主支撑轨道(14),在主支撑轨道(14)前端的下方由销钉设有勾脚装置(10)、上方设有收腹机支撑把手(11)和滚轮装置(12),在主支撑轨道(14)的中部设有大块仰卧板(13)和小块仰卧板(15),在主支撑轨道(14)的后端铰接有支腿(16)和动感单车(17);所述主支架(5)的一根固定钢管(9)的水平高度与支腿(16)的长度相同,则所述横卧组件通过挂钩(6)挂装在该固定钢管(9)上。

2. 根据权利要求1所述的大学生宿舍可折叠健身套组,其特征在于:所述一组L形主支架(5)之间设有三根分别位于上部、中部和底部的固定钢管(9),所述挂钩(6)挂装在中部的固定钢管(9)。

3. 根据权利要求1或2所述的大学生宿舍可折叠健身套组,其特征在于:所述固定钢管(9)的一侧设有可移动的套管控制固定钢管(9)的分装。

4. 根据权利要求3所述的大学生宿舍可折叠健身套组,其特征在于:所述大块仰卧板(13)和小块仰卧板(15)的底部设有支撑条(20),在所述主支撑轨道(14)的内部设有暗盒(19)。

## 大学生宿舍可折叠健身套组

### 技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种大学生宿舍可折叠健身套组,其属于健身器材技术领域。

### 背景技术

[0002] 大学生的身心健康关系到自己学业的成就、理想和前途,也关系到社会的进步、国家的昌盛和民族的振兴。新世纪给大学生带来了新的挑战,新的竞争与机遇。

[0003] 近年来,我国学生体质健康监测结果表明,我国大学生的身高、体重等形态发育指标水平呈增长趋势,反应速度、力量的素质指标有所提高,营养状况得到较大改善,但学生耐力素质、肺活量指标长期持续下降,肥胖学生的比例明显增多,近视眼发病率居高不下,大学生的视力不良检出率高达75%以上,此外多数大学生生活制度无规律自觉身体不适、疲惫、对社会适应能力差,还有一些大学生心理素质不高、抗挫折能力差,这些都已成为影响大学生健康的突出问题。

[0004] 而当代大学生存在不愿意出门、蜗居宿舍的现状让人堪忧。如果想要全方位锻炼就需要不同的健身器械,而长期不锻炼就会影响着身体的健康;而现有的健身器械功能单一,寝室作为一个有限的空间难以容纳多种健身器材。

### 实用新型内容

[0005] 本实用新型针对现有技术中健身器材功能单一、占地面积较大的不足,提供一种大学生宿舍可折叠健身套组。

[0006] 本实用新型解决上述技术问题的技术方案如下:

[0007] 一种大学生宿舍可折叠健身套组,包括直立组件和横卧组件;所述直立组件包括一组由固定钢管连接的、由弧形支撑架支撑固定的L形主支架,在主支架上方设有一组伸缩支撑架、侧边横向设有双腿抬杠器、底部设有三角形哑铃片和俯卧撑支架,在所述伸缩支撑架的端部设有单杠杠铃两用杆,在所述双腿抬杠器的端部设有双臂伸屈器;所述横卧组件包括前端带有挂钩的主支撑轨道,在主支撑轨道前端的下方由销钉设有勾脚装置、上方设有收腹机支撑把手和滚轮装置,在主支撑轨道的中部设有大块仰卧板和小块仰卧板,在主支撑轨道的后端铰接有支腿和动感单车;所述主支架的一根固定钢管的水平高度与支腿的长度相同,则所述横卧组件通过挂钩挂装在该固定钢管上。

[0008] 与现有技术相比,本实用新型的有益效果是:促使大学生利用课余时间进行健身,节约了资金成本,在身体得到了很好锻炼的同时,也丰富了乏味课余的生活,有利于大学生增强体质。合理的结构设计、多功能健身器材的有效结合,可以做到的运动包括单杠、杠铃、双腿抬杠、双臂伸屈、仰卧起坐、收腹运动、哑铃、模拟自行车、俯卧撑等九项运动,使得上肢肌肉(双臂肌肉、胸部肌肉、腰腹部肌肉)、下肢肌肉(大腿、小腿部位肌肉)等均可得到锻炼,节省了可放置的空间,可满足大部分学生的身体锻炼需求。

[0009] 在上述技术方案的基础上,本实用新型还可以做如下改进。

[0010] 进一步,所述一组L形主支架之间设有三根分别位于上部、中部和底部的固定钢

管,所述挂钩挂装在中部的固定钢管;所述固定钢管的一侧设有可移动的套管控制固定钢管的分装。

[0011] 采用上述进一步方案的有益效果是:固定钢管的可拆分结构,进一步缩小了折叠后所占有的空间。

[0012] 进一步所述大块仰卧板和小块仰卧板的底部设有支撑条,在所述主支撑轨道的内部设有暗盒。

[0013] 采用上述进一步方案的有益效果是:暗盒中存有本套组的哑铃杆与哑铃固定螺母,暗盒中空间极大还可以存放更多的小型器材(如:跳绳等)。

## 附图说明

[0014] 图1为本实用新型的结构示意图;

[0015] 图2为本实用新型的直立组件的结构示意图;

[0016] 图3为本实用新型的横卧组件的结构示意图。

[0017] 在图中,1、单杠杠铃两用杆;2、伸缩支撑架;3、双腿抬杠器;4、双臂伸屈器;5、主支架;6、挂钩;7、哑铃片;8、俯卧撑支架;9、固定钢管;10、勾脚装置;11、收腹机支撑把手;12、滚轮装置;13、大块仰卧板;14、主支撑轨道;15、小块仰卧板;16、支腿;17、动感单车;18、弧形支撑架;19、暗盒;20、支撑条。

## 具体实施方式

[0018] 以下结合附图对本实用新型的原理和特征进行描述,所举实例只用于解释本实用新型,并非用于限定本实用新型的范围。

[0019] 参照图1、图2、图3可知:

[0020] 单杠杠铃两用杆1:为了增加单杠杠铃两用杆1的灵活性在可伸缩支撑架2上加上了倒钩卡槽,使其可以轻易取下,也能起到固定作用。单杠杠铃两用杆1放置在可伸缩支撑架2上时作为单杠使用,引体向上时手握向下倾斜杆,单杠杠铃两用杆1尾部设有可旋螺纹,用来旋进哑铃,作为杠铃使用,实现一器两用。单杠杠铃两用杆1可按自己所需调节可伸缩支撑架2的高度。

[0021] 可伸缩支撑架2:可伸缩支撑架2上设有可放置单杠杠铃两用杆1的倒钩卡槽,自上往下设有圆孔,可以根据用户实际情况调节高度,用销钉将其与主支架5固定。

[0022] 双腿抬杠器3:双腿抬杠器3与主支架5焊接在一起,并由弧形支撑板支撑固定,双腿抬杠器3钢管上固定有海绵垫,用以保护用户的小臂以及肘关节。

[0023] 双臂伸屈器4:双臂伸屈器4与双腿抬杠器3完美结合在一起,共享一个连接钢管。

[0024] 主支撑轨道14:主支撑轨道14通过挂钩6直接扣装在主支架5的固定钢管9上,主支撑轨道14上有可滑动滚槽、键槽跟一个暗盒19,暗盒19在最右部装有一个插销,插销与插销孔的结构相似可以有效的固定暗盒19开口,使暗盒19牢固。暗盒19中存有本套组的哑铃杆与哑铃固定螺母。暗盒19中空间极大还可以存放更多的小型器材(如:跳绳等)。

[0025] 仰卧板:使用仰卧板时需将主支撑轨道14的支腿16收起,将主支撑轨道14右端放在地面上,仰卧板可分为大块仰卧板13和小块仰卧板15,它们的固定架用销柱连接,小块仰卧板15固定架上有一小型槽口,可以左右滑动,勾脚装置10设置在主支撑轨道14的左下方,

勾脚装置10用销钉与主支撑轨道14连接,拔下或插上销钉来实现勾脚装置10的拆卸,当大块仰卧板13和小块仰卧板15同时放置在主支撑轨道14上时就是一套仰卧板装置。

[0026] 哑铃凳:使用哑铃凳时需将主支撑轨道14的支腿16放下,并放在地面上,大块仰卧板13和小块仰卧板15同时放置在主支撑轨道14上就是哑铃凳。

[0027] 收腹机:使用收腹机时需将大块仰卧板13和小块仰卧板15从主支撑轨道14上抬起,将大块仰卧板13和小块仰卧板15向右抬起,将主支撑轨道14的支腿16收起,并将主支撑轨道14右端放在地面上,收腹机是由收腹机支撑把手11、滚轮装置12跟主支撑轨道14共同组成,收腹机支撑把手11焊接在主支撑轨道14的左上方,并有两个护肘海绵,滚轮装置12在主支撑轨道14上,并有三组圆柱形滚轴在主支撑轨道14的滑动滚槽中,呈上二下一分布,上二是主要的支撑装置,下一是起固定作用,这样滚轮装置12在主支撑轨道14的滚槽上滑动时会更加的安全可靠。

[0028] 动感单车17:动感单车17可以装在主支撑轨道14的尾部,也可拆卸。在使用动感单车17时,将小块仰卧板15视作座位,将大块仰卧板13抬起,大块仰卧板13下方附有支撑条20,在主支撑轨道14上方有支撑条键孔,将支撑条20插入支撑板键孔,可以调节角度,调节到舒服的坐姿位置来进行模拟自行车运动。

[0029] 哑铃:哑铃可单独使用又可与单杠杠铃两用杆1组合使用,哑铃的哑铃杆与哑铃固定螺母放在主支撑轨道14的暗盒19中,三角形哑铃片7上设有三个圆孔,一大两小,大的是用来穿哑铃杆的,小的是用来将哑铃片7固定在主支架5上的,在主支架5的下方弧形支撑架18内有两根铁柱,在铁柱的头上有一个与小圆孔一样大小的铁片,铁柱比小圆孔小,将哑铃片7套在两个铁柱上,固定哑铃片7不会摇晃,不会轻易脱落掉在地上,既方便又可节省空间。

[0030] 俯卧撑支架8:俯卧撑支架8焊接在主支架5底端,此为小辅助装置,做俯卧撑时手掌可以不撑在地上。

[0031] 主支架5:主支架5分为左右两个部分,中间由三根固定钢管9固定,三根固定钢管9保障器械本身的稳固性,采用了活动钢管,实现了器械的可拆卸。固定钢管9一侧有可移动的套管将主支架5两部分连接,可移动套管里有一半圆形凹槽,左主支架5上有一圆形滚珠,半圆形凹槽正好卡在圆形滚珠上,将可移动套管向右移动,可使双杠分开缩小健身套组的宽度,起到节约空间的目的。

[0032] 最后说明,本实用新型大学生宿舍可折叠健身套组是把单杠杠铃两用杆1、双腿抬杠器3、双臂伸屈器4(正反方向通用)、小块仰卧板15、大块仰卧板13(可调节角度)、收腹机、哑铃凳、动感单车17、俯卧撑支架8、三角形哑铃片7与哑铃杆(哑铃杆存于主支撑轨道14的暗盒19中,主支撑轨道14可拆卸)整合成一件可折叠器材,对于所属领域的普通技术人员对其作出的其他不同形式的变化或变动,而由此所引申出的显而易见的变化或变动仍处于本实用新型的保护范围之内。

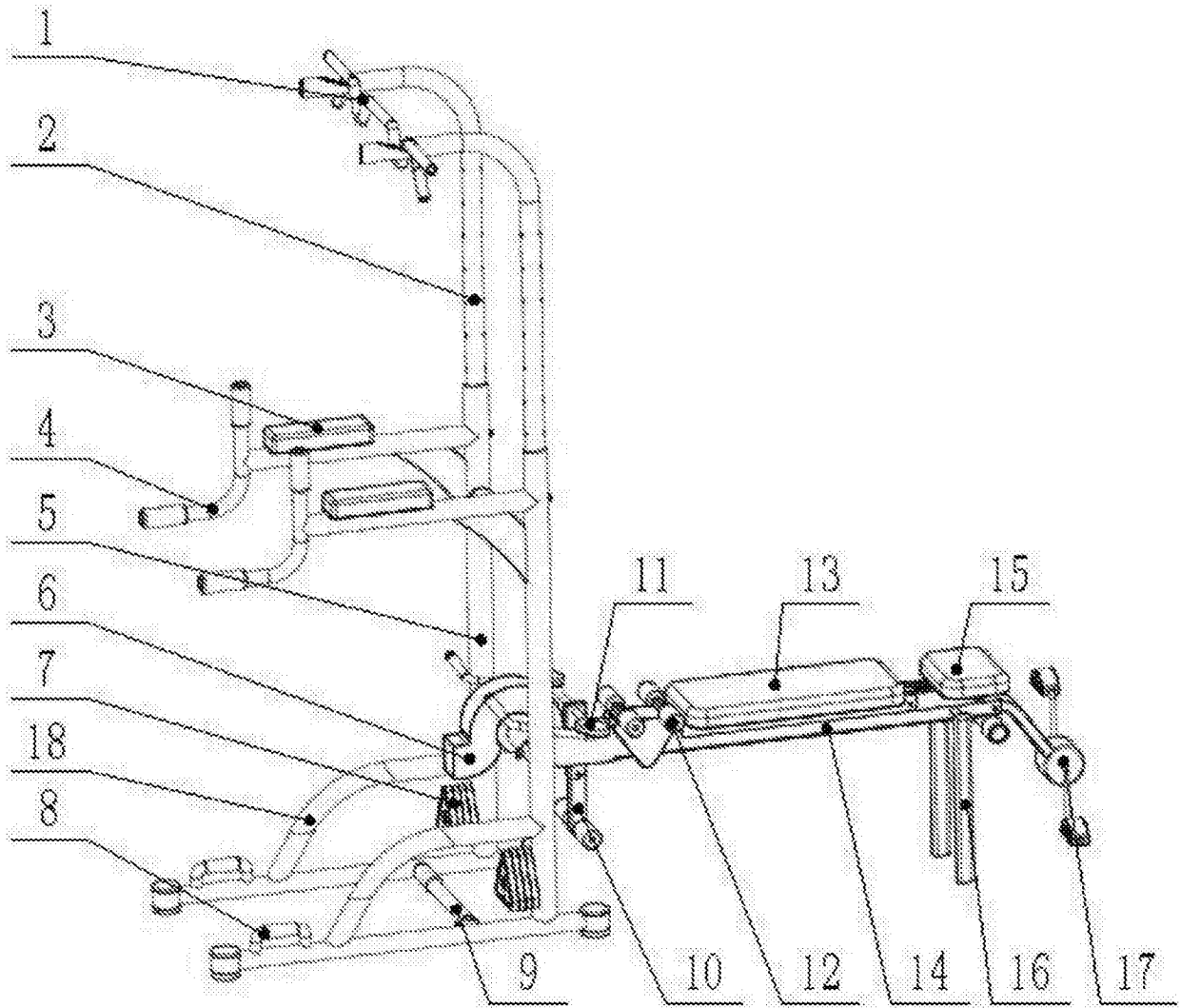


图1

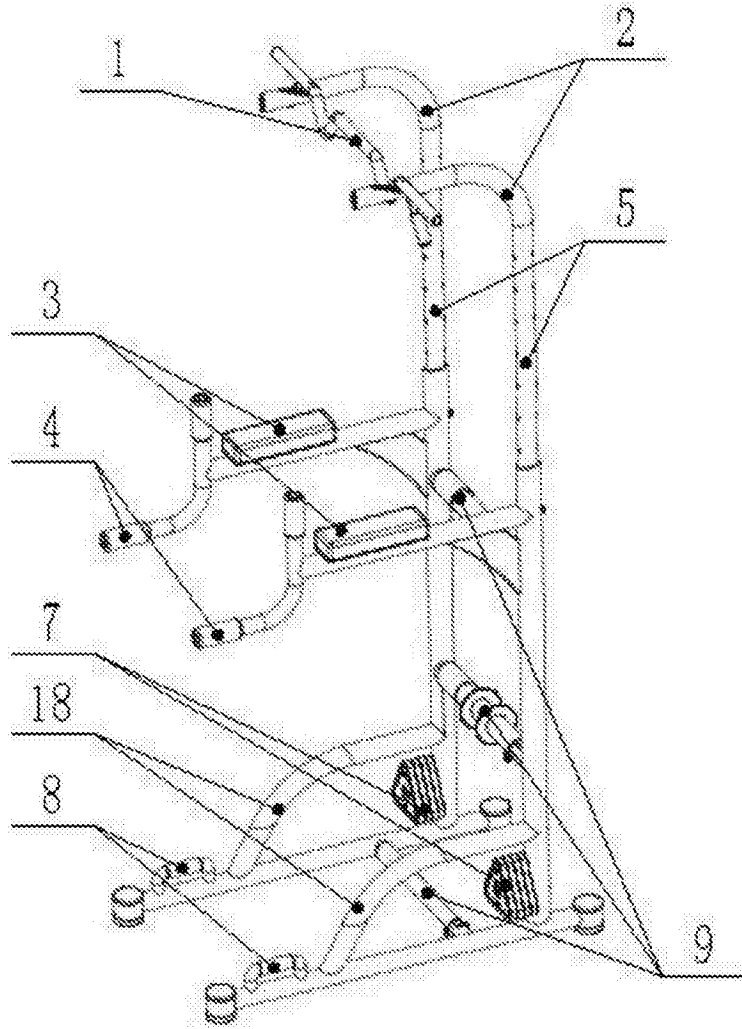


图2

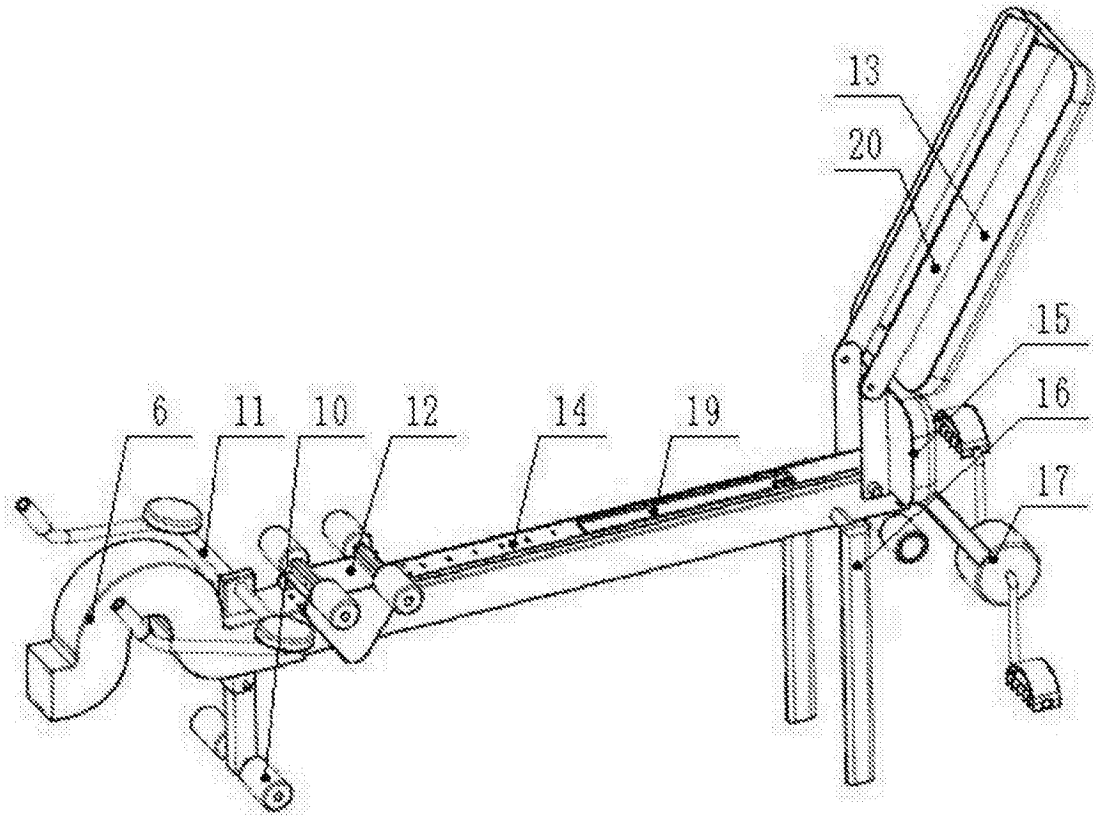


图3