



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 211097349 U

(45)授权公告日 2020.07.28

(21)申请号 201921927516.5

(22)申请日 2019.11.11

(73)专利权人 河北水利电力学院

地址 061001 河北省沧州市运河区重庆路1号

(72)发明人 彭春 陈晨

(51)Int.Cl.

A63B 23/12(2006.01)

A63B 23/02(2006.01)

A63B 21/062(2006.01)

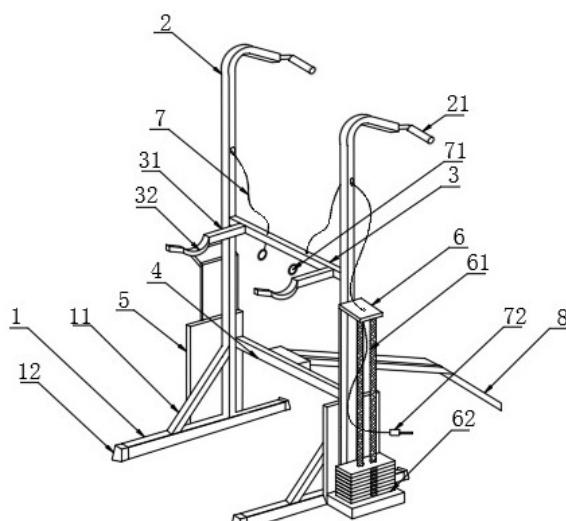
权利要求书1页 说明书4页 附图2页

(54)实用新型名称

一种引体向上锻炼辅助装置

(57)摘要

本实用新型公开了一种引体向上锻炼辅助装置，具体涉及健身器材领域，包括底座和主杆，所述主杆固定设置于底座顶部，所述底座和主杆数量均设置为两个，所述主杆外侧和内侧分别设有外接握手杆和内接握手杆，两个所述主杆之间固定设有第一横杆，所述第一横杆底部固定设有第二横杆，所述主杆外侧表面设有外板，所述外板表面设有滑动板，所述第一横杆内部贯穿设有拉动绳。本实用新型通过设有外接握手杆、内接握手杆、滑动板和拉动绳，使用者可以根据个人习惯握紧外接握手杆或内接握手杆进行引体向上的训练，也可以在另一侧拉紧拉环，从而可以带动承重座在滑动板表面上向移动，起到锻炼手臂肌肉的效果，起到对引体向上辅助锻炼的效果。



1. 一种引体向上锻炼辅助装置，包括底座(1)和主杆(2)，其特征在于：所述主杆(2)固定设置于底座(1)顶部，所述底座(1)和主杆(2)数量均设置为两个，所述主杆(2)外侧和内侧分别设有外接握手杆(21)和内接握手杆(22)，两个所述主杆(2)之间固定设有第一横杆(3)，所述第一横杆(3)底部固定设有第二横杆(4)，所述主杆(2)外侧表面设有外板(5)，所述外板(5)表面设有滑动板(6)，所述第一横杆(3)内部贯穿设有拉动绳(7)，所述第二横杆(4)外侧连接有延伸装置(8)，所述延伸装置(8)包括连接块(81)、第一支撑板(82)、第二支撑板(83)、突出座(84)、下延座(85)、触地板(86)、定位辊(87)和软垫(88)。

2. 根据权利要求1所述的一种引体向上锻炼辅助装置，其特征在于：所述底座(1)与主杆(2)之间设有焊接杆(11)，所述焊接杆(11)分别与底座(1)和主杆(2)焊接，所述底座(1)两端均设有定位座(12)，所述定位座(12)由防滑材料制成。

3. 根据权利要求1所述的一种引体向上锻炼辅助装置，其特征在于：所述外接握手杆(21)和内接握手杆(22)均为倾斜设置，所述主杆(2)两侧表面均设有握手杆连接座(23)，所述外接握手杆(21)和内接握手杆(22)均与握手杆连接座(23)焊接。

4. 根据权利要求1所述的一种引体向上锻炼辅助装置，其特征在于：所述第一横杆(3)前侧表面固定设有支撑杆(31)，所述支撑杆(31)数量设置为两个，所述支撑杆(31)中部设有弯曲部(32)。

5. 根据权利要求1所述的一种引体向上锻炼辅助装置，其特征在于：所述外板(5)形状设置为L形，所述外板(5)与主杆(2)固定连接，所述滑动板(6)与外板(5)固定连接。

6. 根据权利要求5所述的一种引体向上锻炼辅助装置，其特征在于：所述滑动板(6)顶部设有限位板，所述滑动板(6)与外板(5)之间固定设有定位杆(61)，所述定位杆(61)数量设置为两个且定位杆(61)外侧套接有多个承重座(62)。

7. 根据权利要求6所述的一种引体向上锻炼辅助装置，其特征在于：所述主杆(2)和第一横杆(3)表面均设有通孔，所述拉动绳(7)插接与通孔内部，所述拉动绳(7)两端分别设有拉环(71)和插入座(72)，所述承重座(62)表面设有插槽，所述插入座(72)与插槽相匹配。

8. 根据权利要求1所述的一种引体向上锻炼辅助装置，其特征在于：所述连接块(81)固定设置于第二横杆(4)外侧，所述连接块(81)一侧设有第一支撑板(82)，所述第一支撑板(82)与连接块(81)铰接，所述第一支撑板(82)一侧设有第二支撑板(83)，所述第一支撑板(82)和第二支撑板(83)之间设有突出座(84)，所述第二支撑板(83)与突出座(84)铰接，所述突出座(84)底部固定设有下延座(85)，所述下延座(85)外侧铰接设有触地板(86)，所述触地板(86)一端设有定位辊(87)，所述第二支撑板(83)顶部表面设有凹槽，所述定位辊(87)与凹槽相匹配，所述第一支撑板(82)和第二支撑板(83)顶部表面均设有软垫(88)。

一种引体向上锻炼辅助装置

技术领域

[0001] 本实用新型涉及健身器材技术领域,更具体地说,本实用新型涉及一种引体向上锻炼辅助装置。

背景技术

[0002] 在新时代的发展潮流下,社会经济以及科技水平不断进步,人们的生活条件不断提高,但是另一层面上,人们的生活节奏和生活压力也与日俱增,在学习和工作的双重压力下,许多人的身体状况进入到了亚健康状态,比如肥胖、四肢无力、高血压、心肺功能下降等,影响着人们的健康生活,为了改善这些亚健康问题,越来越多的人开始进行体育锻炼来改善身体状况。

[0003] 引体向上,体育中考和高中体育会考的考试选择项目之一,主要测试上肢肌肉力量的发展水平,为男性上肢力量的考查项目,是自身力量克服自身重力的悬垂力量练习,也是衡量男性体质的重要参考标准和项目之一。

[0004] 现有的引体向上设备大多都是固定的引体向上杆,通过多次使用进行训练,但是引体向上的过程主要是通过手臂和腰部的发力实现的,仅通过引体向上杆的使用并不能让初学者能够对手臂的肌肉起到很好的锻炼,往往还会打击信心,因此,发明一种引体向上锻炼辅助装置很有必要。

实用新型内容

[0005] 为了克服现有技术的上述缺陷,本实用新型的实施例提供一种引体向上锻炼辅助装置。

[0006] 为实现上述目的,本实用新型提供如下技术方案:一种引体向上锻炼辅助装置,包括底座和主杆,所述主杆固定设置于底座顶部,所述底座和主杆数量均设置为两个,所述主杆外侧和内侧分别设有外接握手杆和内接握手杆,两个所述主杆之间固定设有第一横杆,所述第一横杆底部固定设有第二横杆,所述主杆外侧表面设有外板,所述外板表面设有滑动板,所述第一横杆内部贯穿设有拉动绳,所述第二横杆外侧连接有延伸装置,所述延伸装置包括连接块、第一支撑板、第二支撑板、突出座、下延座、触地板、定位辊和软垫。

[0007] 在一个优选地实施方式中,所述底座与主杆之间设有焊接杆,所述焊接杆分别与底座和主杆焊接,所述底座两端均设有定位座,所述定位座由防滑材料制成。

[0008] 在一个优选地实施方式中,所述外接握手杆和内接握手杆均为倾斜设置,所述主杆两侧表面均设有握手杆连接座,所述外接握手杆和内接握手杆均与握手杆连接座焊接。

[0009] 在一个优选地实施方式中,所述第一横杆前侧表面固定设有支撑杆,所述支撑杆数量设置为两个,所述支撑杆中部设有弯曲部。

[0010] 在一个优选地实施方式中,所述外板形状设置为L形,所述外板与主杆固定连接,所述滑动板与外板固定连接。

[0011] 在一个优选地实施方式中,所述滑动板顶部设有限位板,所述滑动板与外板之间

固定设有定位杆，所述定位杆数量设置为两个且定位杆外侧套接有多个承重座。

[0012] 在一个优选地实施方式中，所述主杆和第一横杆表面均设有通孔，所述拉动绳插接与通孔内部，所述拉动绳两端分别设有拉环和插入座，所述承重座表面设有插槽，所述插入座与插槽相匹配。

[0013] 在一个优选地实施方式中，所述连接块固定设置于第二横杆外侧，所述连接块一侧设有第一支撑板，所述第一支撑板与连接块铰接，所述第一支撑板一侧设有第二支撑板，所述第一支撑板和第二支撑板之间设有突出座，所述第二支撑板与突出座铰接，所述突出座底部固定设有下延座，所述下延座外侧铰接设有触地板，所述触地板一端设有定位辊，所述第二支撑板顶部表面设有凹槽，所述定位辊与凹槽相匹配，所述第一支撑板和第二支撑板顶部表面均设有软垫。

[0014] 本实用新型的技术效果和优点：

[0015] 1、本实用新型通过设有外接握手杆、内接握手杆、滑动板和拉动绳，使用者可以根据个人习惯握紧外接握手杆或内接握手杆进行引体向上的训练，也可以在另一侧拉紧拉环，根据个人需求调节插入座插入承重座的数量，从而可以带动承重座在滑动板表面上向上移动，起到锻炼手臂肌肉的效果，起到对引体向上辅助锻炼的效果，同时承重座设置在主杆外侧，能够对整体设备起到稳固的作用，保证锻炼过程中设备不会发生移动或倾倒；

[0016] 2、通过设有第一横杆和延伸装置，第一横杆前侧的支撑杆可以放置举重杆，可以由举重锻炼肌肉，起到对引体向上辅助锻炼的效果，举重过程可以将举重杆放置在弯曲部内侧，能够对使用者起到保护的作用，拉动第二支撑板和触地板，并将定位辊与地面接触，使用者可以躺在软垫表面进行仰卧起坐训练，多种训练方式结合，对手臂的肌肉进行不同方式的训练，在不使用时，可以将第二支撑板和触地板折叠并放置在第二横杆底部，不会影响其他的训练，操作简单方便。

[0017] 3、本实用新型提供的一种引体向上锻炼辅助装置不仅能够根据个人喜好进行引体向上的操作，还能够有目的性的针对不同使用者的个人能力针对性的进行肌肉训练，起到辅助的效果，而且本装置整体结构稳定，占地面积小，使用方便，还能够进行仰卧起坐的训练，达到一器多用的效果。

附图说明

[0018] 图1为本实用新型的整体结构示意图。

[0019] 图2为本实用新型的主杆结构示意图。

[0020] 图3为本实用新型的延伸装置结构示意图。

[0021] 附图标记为：1底座、11焊接杆、12定位座、2主杆、21外接握手杆、22内接握手杆、23握手杆连接座、3第一横杆、31支撑杆、32弯曲部、4第二横杆、5外板、6滑动板、61定位杆、62承重座、7拉动绳、71拉环、72插入座、8延伸装置、81连接块、82第一支撑板、83第二支撑板、84突出座、85下延座、86触地板、87定位辊、88软垫。

具体实施方式

[0022] 下面将结合本实用新型实施例中的附图，对本实用新型实施例中的技术方案进行清楚、完整地描述，显然，所描述的实施例仅仅是本实用新型一部分实施例，而不是全部的

实施例。基于本实用新型中的实施例，本领域普通技术人员在没有做出创造性劳动前提下所获得的所有其他实施例，都属于本实用新型保护的范围。

[0023] 根据图1-3所示的一种引体向上锻炼辅助装置，包括底座1和主杆2，所述主杆2固定设置于底座1顶部，所述底座1和主杆2数量均设置为两个，所述主杆2外侧和内侧分别设有外接握手杆21和内接握手杆22，两个所述主杆2之间固定设有第一横杆3，所述第一横杆3底部固定设有第二横杆4，所述主杆2外侧表面设有外板5，所述外板5表面设有滑动板6，所述第一横杆3内部贯穿设有拉动绳7，所述第二横杆4外侧连接有延伸装置8，所述延伸装置8包括连接块81、第一支撑板82、第二支撑板83、突出座84、下延座85、触地板86、定位辊87和软垫88。

[0024] 所述底座1与主杆2之间设有焊接杆11，所述焊接杆11分别与底座1和主杆2焊接，所述底座1两端均设有定位座12，所述定位座12由防滑材料制成，通过焊接杆11将底座1和主杆2之间形成三角形，起到很好的稳固效果，定位座12起到将设备的位置固定不发生滑动的作用。

[0025] 所述外接握手杆21和内接握手杆22均为倾斜设置，所述主杆2两侧表面均设有握手杆连接座23，所述外接握手杆21和内接握手杆22均与握手杆连接座23焊接，根据个人习惯握紧外接握手杆21或内接握手杆22进行引体向上的训练。

[0026] 所述第一横杆3前侧表面固定设有支撑杆31，所述支撑杆31数量设置为两个，所述支撑杆31中部设有弯曲部32，第一横杆3前侧的支撑杆31可以放置举重杆，可以由举重锻炼肌肉，起到对引体向上辅助锻炼的效果，举重过程可以将举重杆放置在弯曲部32内侧，能够对使用者起到保护的作用。

[0027] 所述外板5形状设置为L形，所述外板5与主杆2固定连接，所述滑动板6与外板5固定连接。

[0028] 所述滑动板6顶部设有限位板，所述滑动板6与外板5之间固定设有定位杆61，所述定位杆61数量设置为两个且定位杆61外侧套接有多个承重座62，承重座62设置在主杆2外侧，能够对整体设备起到稳固的作用，保证锻炼过程中设备不会发生移动或倾倒。

[0029] 所述主杆2和第一横杆3表面均设有通孔，所述拉动绳7插接与通孔内部，所述拉动绳7两端分别设有拉环71和插入座72，所述承重座62表面设有插槽，所述插入座72与插槽相匹配，根据个人需求调节插入座72插入承重座62的数量，从而可以带动承重座62在滑动板6表面上移动，起到锻炼手臂肌肉的效果，起到对引体向上辅助锻炼的效果。

[0030] 所述连接块81固定设置于第二横杆4外侧，所述连接块81一侧设有第一支撑板82，所述第一支撑板82与连接块81铰接，所述第一支撑板82一侧设有第二支撑板83，所述第一支撑板82和第二支撑板83之间设有突出座84，所述第二支撑板83与突出座84铰接，所述突出座84底部固定设有下延座85，所述下延座85外侧铰接设有触地板86，所述触地板86一端设有定位辊87，所述第二支撑板83顶部表面设有凹槽，所述定位辊87与凹槽相匹配，所述第一支撑板82和第二支撑板83顶部表面均设有软垫88，拉动第二支撑板83和触地板86，并将定位辊87与地面接触，使用者可以躺在软垫88表面进行仰卧起坐训练，多种训练方式结合，对手臂的肌肉进行不同方式的训练，在不使用时，可以将第二支撑板83和触地板86折叠并放置在第二横杆4底部，不会影响其他的训练，操作简单方便。

[0031] 本实用新型工作原理：

[0032] 参照说明书附图1和图2:使用者可以根据个人习惯握紧外接握手杆21或内接握手杆22进行引体向上的训练,也可以在另一侧拉紧拉环71,根据个人需求调节插入座72插入承重座62的数量,从而可以带动承重座62在滑动板6表面上移动,起到锻炼手臂肌肉的效果,起到对引体向上辅助锻炼的效果;

[0033] 参照说明书附图1和图3:第一横杆3前侧的支撑杆31可以放置举重杆,可以由举重锻炼肌肉,起到对引体向上辅助锻炼的效果,举重过程可以将举重杆放置在弯曲部32内侧,能够对使用者起到保护的作用,拉动第二支撑板84和触地板86,并将定位辊87与地面接触,使用者可以躺在软垫88表面进行仰卧起坐训练,多种训练方式结合,对手臂的肌肉进行不同方式的训练。

[0034] 最后应说明的几点是:首先,在本申请的描述中,需要说明的是,除非另有规定和限定,术语“安装”、“相连”、“连接”应做广义理解,可以是机械连接或电连接,也可以是两个元件内部的连通,可以是直接相连,“上”、“下”、“左”、“右”等仅用于表示相对位置关系,当被描述对象的绝对位置改变,则相对位置关系可能发生改变;

[0035] 其次:本实用新型公开实施例附图中,只涉及到与本公开实施例涉及到的结构,其他结构可参考通常设计,在不冲突情况下,本实用新型同一实施例及不同实施例可以相互组合;

[0036] 最后:以上所述仅为本实用新型的优选实施例而已,并不用于限制本实用新型,凡在本实用新型的精神和原则之内,所作的任何修改、等同替换、改进等,均应包含在本实用新型的保护范围之内。

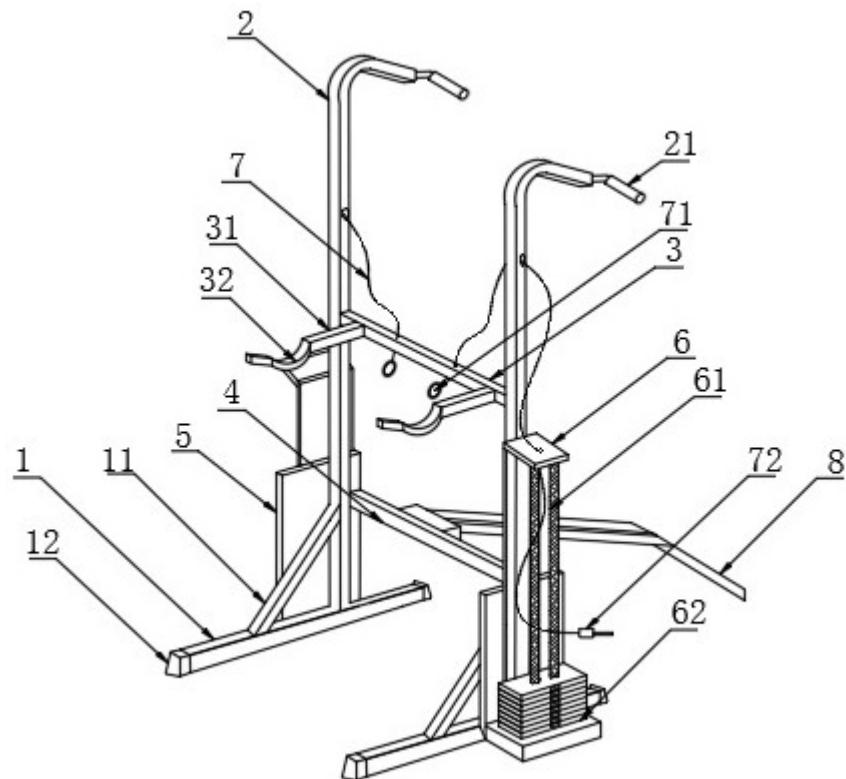


图1

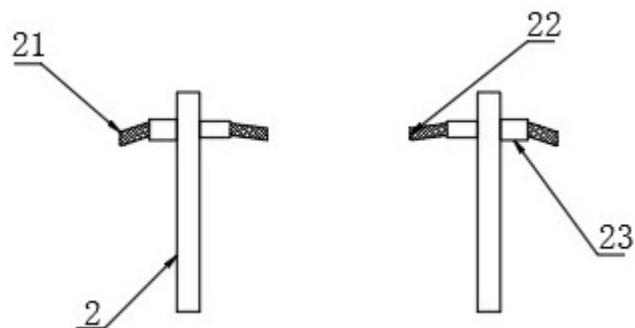


图2

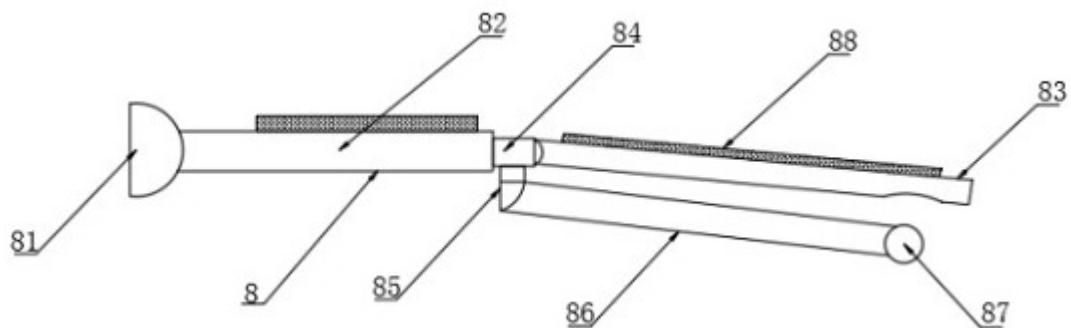


图3