

(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 202777623 U

(45) 授权公告日 2013.03.13

(21) 申请号 201220462007.1

(22) 申请日 2012.09.04

(73) 专利权人 周珊珊

地址 315000 浙江省宁波市海曙区国医街
75号

(72) 发明人 周珊珊

(51) Int. Cl.

A63B 23/02(2006.01)

A63B 22/00(2006.01)

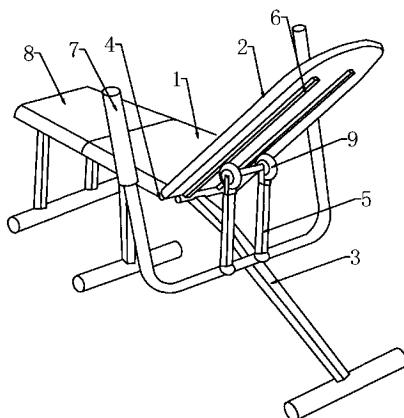
权利要求书 1 页 说明书 2 页 附图 1 页

(54) 实用新型名称

一种健身器

(57) 摘要

本实用新型涉及一种健身器，尤其是涉及一种对腰部和腹部进行锻炼的健身器材。其结构包括座垫、靠背及支撑架，所述座垫与靠背之间通过连接轴相铰接，所述支撑架置于座垫的下面，所述靠背的通过滑动杆与支撑架相铰接，所述滑动杆的另一端在靠背的滑槽内滑动。本实用新型使用时坐在座垫上，背部靠在靠背上，利用靠背的转动使人体方便做仰卧起坐，结构简单，使用方便，使用者可依据体能进行锻炼，且不会对人体造成损失，对大多数人都适用。



1. 一种健身器,包括座垫、靠背、支撑架,其特征在于:所述座垫与靠背之间通过连接轴相铰接,所述支撑架置于座垫的下面,所述靠背的通过滑动杆与支撑架相铰接,所述滑动杆的另一端在靠背的滑槽内滑动。
2. 根据权利要求1所述的健身器,其特征在于:所述座垫两侧设有握杆,所述握杆与支撑架相铰接。
3. 根据权利要求1所述的健身器,其特征在于:所述座垫上设有用于放置腿的延长部。
4. 根据权利要求3所述的健身器,其特征在于:所述延长部的两侧设有固定腿部的定位套。

一种健身器

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种健身器，尤其涉及一种用于腰部和腹部锻炼的健身器材。

背景技术

[0002] 人们对生活健康越来越重视，是以现今的运动器材有多种多样，会身体各部分的锻炼也会会专门的运动器材，由于职业关系，久坐不动的人很多，需要对腰腹部进行锻炼，也由于减肥，需要对身体局部进行锻炼，其中腰腹部是主要的减肥瘦身部位，

[0003] 对身体这部位的锻炼主要采用的是仰卧起坐运动，但由于体能问题，则不易实现，尤其是肥胖者来说，需要借助辅助器材来实现，现有的健身器材一般是健身场管的大型健身器材，由于摆放空间大，不适合家庭使用。

[0004] 由于饮食不均衡与运动量缺乏，致肥胖人的大幅增加，一般家庭中通过采用仰卧起坐对腰腹部进行锻炼，其效果也比较明显，但有些人由于各种原因，不能独立进行仰卧起坐，例如：体力较差者、不经常作此运动的人、肥胖者等等。

发明内容

[0005] 本实用新型所要解决的技术问题是克服现有技术中存在的健身器不适合家庭使用的缺陷，而提供一种健身器，该健身器简单适用，尤其适合于家庭中使用。

[0006] 为解决上述技术问题，本实用新型的技术方案是这样实现的：一种健身器，包括座垫、靠背、支撑架，其特征在于：所述座垫与靠背之间通过连接轴相铰接，所述支撑架置于座垫的下面，所述靠背的通过滑动杆与支撑架相铰接，所述滑动杆的另一端在靠背的滑槽内滑动。

[0007] 所述座垫两侧设有握杆，所述握杆与支撑架相铰接。

[0008] 所述座垫上设有用于放置腿的延长部。

[0009] 所述延长部的两侧设有固定腿部的定位套。

[0010] 本实用新型的有益效果：本实用新型使用时坐在座垫上，背部靠在靠背上，利用靠背的转动使人体方便做仰卧起坐，结构简单，使用方便，使用者可依据体能进行锻炼，且不会对人体造成损失，对大多数人都适用。

[0011] 上述说明仅是本实用新型持术方案的概述，为了能够更清楚了解本实用新型的技术手段，而可依照说明书的内容予以实施，并且为了让本实用新型的上述目的、特征和优点能够更明显易懂，以下特举较佳实施例，并配合附图，详细说明如下。

附图说明

[0012] 图 1 为本实用新型健身器的结构示意图。

具体实施方式

[0013] 为更进一步阐述本实用新型为达成预定发明目的所采取的技术手段，以下结合附

图及较佳实施例,对依据本实用新型提出的健身器的结构进行具体说明。

[0014] 如图 1 所示,本实用新型一种健身器,包括座垫 1、靠背 2、支撑架 3。

[0015] 所述座垫 1 与靠背 2 之间通过连接轴 4 相铰接,所述支撑架 3 置于座垫 1 的下面,支撑架 3 放置在地面上,对座垫 1 和靠背 2 起到支撑作用。所述靠背 2 的通过滑动杆 5 与支撑架 3 相铰接,所述滑动杆 5 的另一端通过设有滑轮 9 在靠背 2 的滑槽 6 内滑动。

[0016] 所述座垫 1 两侧设有握杆 7,所述握杆 7 与支撑架 3 相铰接,推动握杆 7 可以使靠背 2 沿连接轴 4 发生转动,以便腰腹部进行锻练。

[0017] 所述座垫 1 上设有用于放置腿的延长部 8,所述延长部 8 的两侧设有固定腿部的定位套。用以固定腿部,方便仰卧起坐运动。

[0018] 本实用新型使用时,支撑架放置在地面上,人坐在座垫 1 上,背部紧靠在靠背 2 上,推动握杆 7 向后压动靠背 2,使靠背 2 沿连接轴 4 转动,同时靠背 2 后面的滑动杆上的滑轮 9 在滑槽内移动,从而使人体向后仰卧直至水平状态,当需要起来时,用手推动握杆,使滑动杆在滑槽内移动从而改变靠背的倾斜角度。重复运动,即可对腰腹部进行有效锻练。

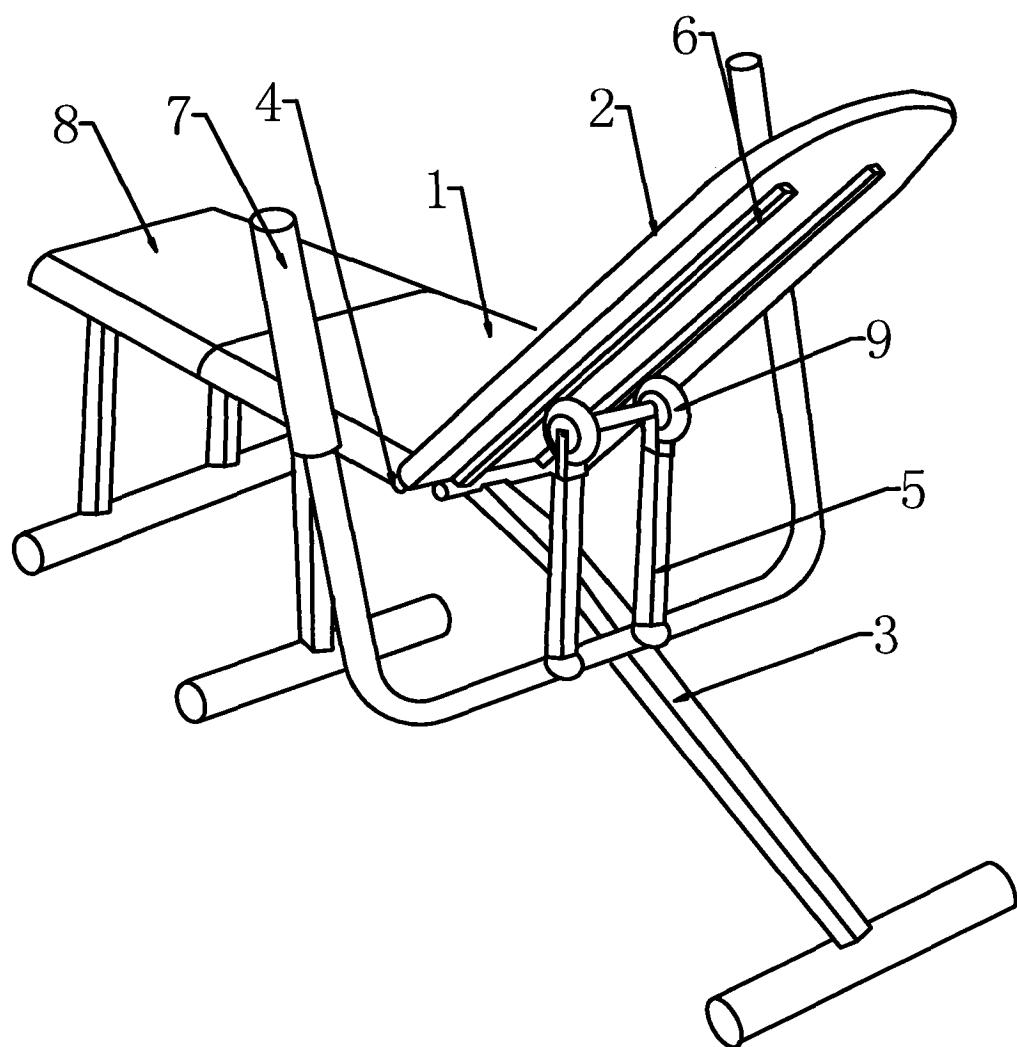


图 1