



(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 206979949 U

(45)授权公告日 2018.02.09

(21)申请号 201720649034.2

(22)申请日 2017.06.06

(73)专利权人 榆林学院

地址 719000 陕西省榆林市文化北路2号

(72)发明人 王雄 马航

(74)专利代理机构 西安通大专利代理有限责任
公司 61200

代理人 徐文权

(51)Int.Cl.

A63B 23/04(2006.01)

(ESM)同样的发明创造已同日申请发明专利

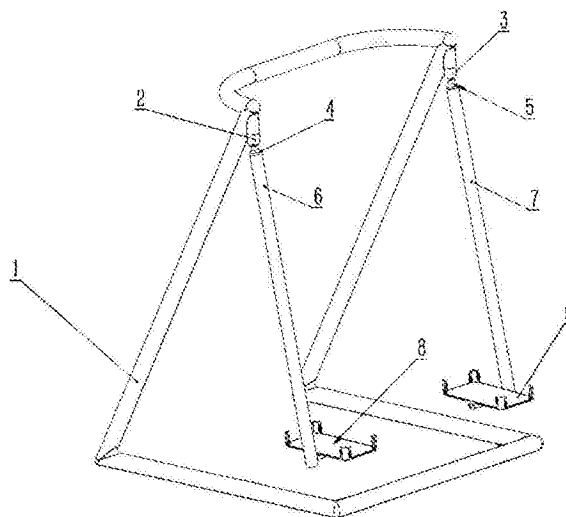
权利要求书1页 说明书3页 附图1页

(54)实用新型名称

一种肌肉锻炼装置

(57)摘要

本实用新型公开了一种肌肉锻炼装置,包括两个支架,两个所述支架的底部通过U型结构的底座支撑,两个所述支架顶部通过弧形结构的扶手连接成一体,所述支架顶部分别通过万向球活动连接有第一腿支架和第二腿支架,所述第一腿支架上设置有第一脚踏板,所述第二腿支架上设置有第二脚踏板。本装置腿部肌肉锻炼机作为漂移板的教学用具来使用时,可以避免摔倒,让新手可以大胆的摆出动作,锻炼新手的平衡,节约了场地。



1. 一种肌肉锻炼装置,其特征在于,包括两个支架(1),两个所述支架(1)的底部通过U型结构的底座支撑,两个所述支架(1)顶部通过弧形结构的扶手连接成一体,所述支架(1)顶部分别通过万向球活动连接有第一腿支架(6)和第二腿支架(7),所述第一腿支架(6)上设置有第一脚踏板(8),所述第二腿支架(7)上设置有第二脚踏板(9)。

2. 根据权利要求1所述的一种肌肉锻炼装置,其特征在于,所述扶手的两端分别设置有第一万向球铰支座(2)和第二万向球铰支座(3),所述第一腿支架(6)和第二腿支架(7)的顶部分别设置有第一球头(4)和第二球头(5),所述第一万向球铰支座(2)和第二万向球铰支座(3)分别用于和所述第一球头(4)和第二球头(5)连接。

3. 根据权利要求2所述的一种肌肉锻炼装置,其特征在于,所述第一万向球铰支座(2)和第二万向球铰支座(3)采用链接方式与所述第一球头(4)和第二球头(5)连接。

4. 根据权利要求2所述的一种肌肉锻炼装置,其特征在于,所述第一球头(4)和第二球头(5)采用焊接方式与所述第一腿支架(6)和第二腿支架(7)连接。

5. 根据权利要求1所述的一种肌肉锻炼装置,其特征在于,所述第一腿支架(6)和第二腿支架(7)采用铰接方式与所述第一脚踏板(8)和第二脚踏板(9)连接。

6. 根据权利要求2所述的一种肌肉锻炼装置,其特征在于,所述第一万向球铰支座(2)和第二万向球铰支座(3)采用焊接方式与所述支架(1)连接。

一种肌肉锻炼装置

技术领域

[0001] 本实用新型属于健身器材技术领域,具体涉及一种肌肉锻炼装置。

背景技术

[0002] 目前,健康问题和身材问题已经受到了人们越来越多的关注。小孩常常在公园玩自己喜爱的运动,上班族会跑步或去健身房,老年人会打太极、跳广场舞等。但是这些运动很少会锻炼到大腿外侧和内侧的肌肉,其脂肪很难被燃烧掉。因此在健身器材技术领域,当前需迫切解决的一个技术问题是能够设计一种肌肉锻炼装置,可以有效锻炼到大腿外侧和内侧的肌肉。

实用新型内容

[0003] 本实用新型所要解决的技术问题在于针对上述现有技术中的不足,提供一种肌肉锻炼装置,解决了现有健身器材不能有效锻炼大腿外侧和内侧肌肉的问题。

[0004] 本实用新型采用以下技术方案:

[0005] 一种肌肉锻炼装置,包括两个支架,两个所述支架的底部通过U型结构的底座支撑,两个所述支架顶部通过弧形结构的扶手连接成一体,所述支架顶部分别通过万向球活动连接有第一腿支架和第二腿支架,所述第一腿支架上设置有第一脚踏板,所述第二腿支架上设置有第二脚踏板。

[0006] 进一步的,所述扶手的两端分别设置有第一万向球铰支座和第二万向球铰支座,所述第一腿支架和第二腿支架的顶部分别设置有第一球头和第二球头,所述第一万向球铰支座和第二万向球铰支座分别用于和所述第一球头和第二球头连接。

[0007] 进一步的,所述第一万向球铰支座和第二万向球铰支座采用链接方式与所述第一球头和第二球头连接。

[0008] 进一步的,所述第一球头和第二球头采用焊接方式与所述第一腿支架和第二腿支架连接。

[0009] 进一步的,所述第一腿支架和第二腿支架采用铰链方式与所述第一脚踏板和第二脚踏板连接。

[0010] 进一步的,所述第一万向球铰支座和第二万向球铰支座采用焊接方式与所述支架连接。

[0011] 与现有技术相比,本实用新型至少具有以下有益效果:

[0012] 本实用新型腿部肌肉锻炼机,包括两个支架,两个支架的底部通过U型结构的底座支撑,支架顶部通过弧形结构的扶手连接成一体,支架顶部分别通过万向球活动连接有第一腿支架和第二腿支架,第一腿支架上设置有第一脚踏板,第二腿支架上设置有第二脚踏板,通过万向球活动连接能让人的双腿进行“外八内八”的运动轨迹,当人站在腿部肌肉锻炼机上可以让双腿进行伸出和回收,从而锻炼到大腿外侧和内侧的肌肉,达到健身和瘦身的效果,同时锻炼了人的手脚协调能力、身体平衡力、心肺功能、保护了腿部的关节。

[0013] 综上所述,本装置腿部肌肉锻炼机作为漂移板的教学用具来使用时,可以避免摔倒,让新手可以大胆的摆出动作,锻炼新手的平衡,节约了场地。

[0014] 下面通过附图和实施例,对本实用新型的技术方案做进一步的详细描述。

附图说明

[0015] 图1为本实用新型腿部肌肉锻炼机三维示意图;

[0016] 图1为本实用新型腿部肌肉锻炼机结构示意图。

[0017] 其中:1.支架;2.第一万向球铰支座;3.第二万向球铰支座;4.第一球头;5.第二球头;6.第一腿支架;7.第二腿支架;8.第一脚踏板;9.第二脚踏板。

具体实施方式

[0018] 本实用新型提供了一种肌肉锻炼装置,人们站在腿部肌肉锻炼机上,双腿进行“外八内八”的运动轨迹,当双腿进行张开和回收时,会让大腿外侧和内侧的肌肉发力,从而锻炼到大腿外侧和内侧的肌肉,达到了健身和减肥的目的。同时这种腿部肌肉锻炼机的使用方法和漂移板的运动轨迹有相似之处,可作为漂移板的教学用具。

[0019] 请参阅图1,本实用新型腿部肌肉锻炼机,包括两个支架1,两个所述支架1的底部通过U型结构的底座支撑,两个所述支架1顶部通过弧形结构的扶手连接成一体,所述支架1顶部分别通过万向球活动连接有第一腿支架6和第二腿支架7,所述第一腿支架6上设置有第一脚踏板8,所述第二腿支架7上设置有第二脚踏板9。

[0020] 所述扶手的两端分别设置有第一万向球铰支座2和第二万向球铰支座3,所述第一腿支架6和第二腿支架7的顶部分别设置有第一球头4和第二球头5,所述第一万向球铰支座2和第二万向球铰支座3分别用于和所述第一球头4和第二球头5连接。

[0021] 所述第一万向球铰支座2和第二万向球铰支座3采用焊接方式与所述支架1连接。

[0022] 所述第一万向球铰支座2和第二万向球铰支座3采用链接方式与所述第一球头4和第二球头5连接。

[0023] 所述第一球头4和第二球头5采用焊接方式与所述第一腿支架6和第二腿支架7连接。

[0024] 所述第一腿支架6和第二腿支架7采用铰链方式与所述第一脚踏板8和第二脚踏板9连接。

[0025] 本实用新型的工作过程为:人的双脚分别踏在第一脚踏板8和第二脚踏板9上,手扶在扶手上,此时双腿可进行“外八内八”的运动轨迹,首先左脚向两点半的方向画弧,然后左脚向四点半的方向继续画弧同时右脚向两点半的方向画弧,接着左脚向两点半的方向画弧,右脚向四点半的方向画弧,此动作连贯起来便是右进的“外八内八”,连贯起来,双脚分别进行的是正弦函数的运动轨迹。左进的“外八内八”动作和右进的“外八内八”动作相同方向相反。熟练之后可松开扶手,加强自身平衡的锻炼。

[0026] 这种腿部肌肉锻炼机适合各个年龄段的人群,能够广泛应用于公园、游乐场、健身房、校园、医院、Freeline Skates俱乐部的场合。

[0027] 以上内容仅为说明本实用新型的技术思想,不能以此限定本实用新型的保护范围,凡是按照本实用新型提出的技术思想,在技术方案基础上所做的任何改动,均落入本实

用新型权利要求书的保护范围之内。

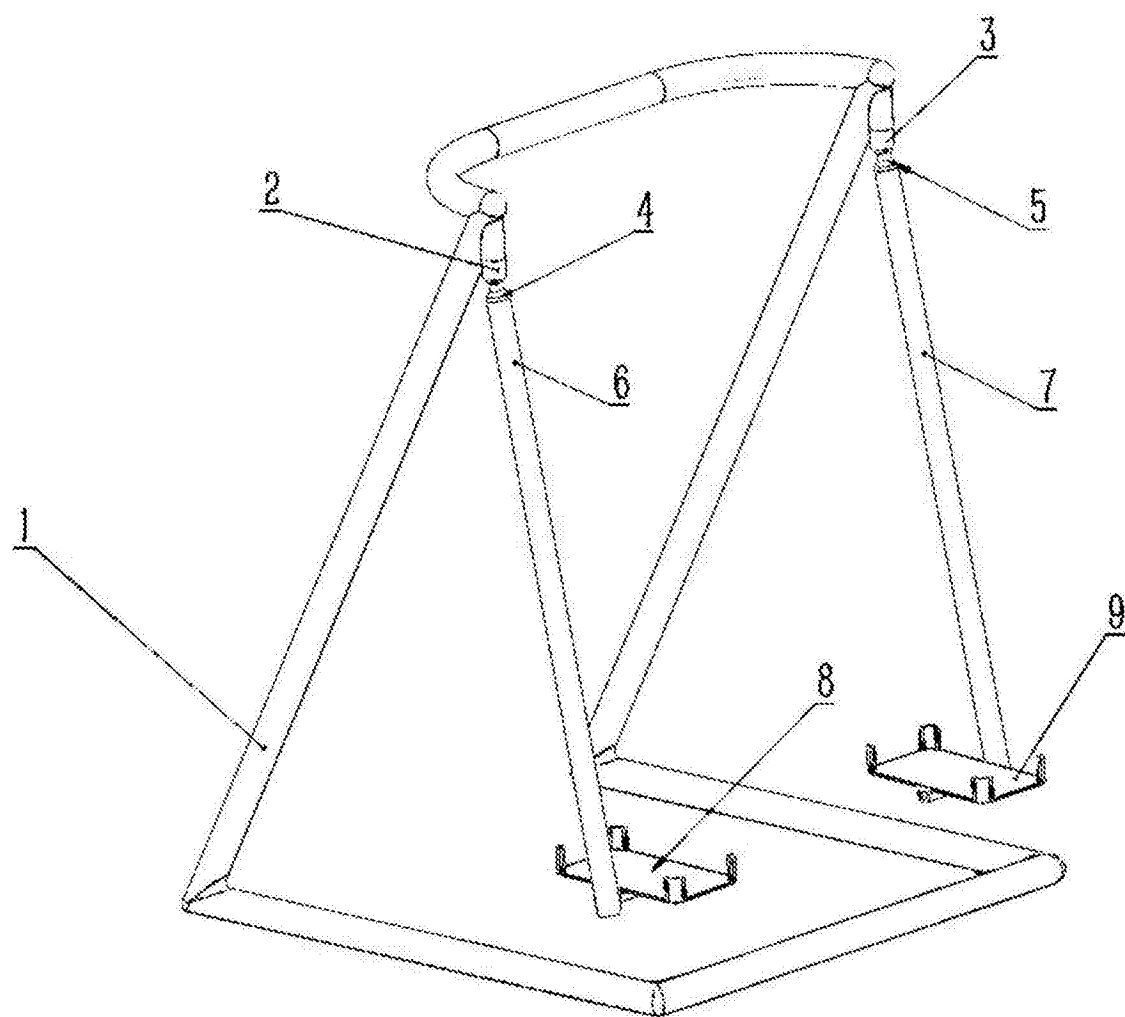


图1