(19)中华人民共和国国家知识产权局

(12)实用新型专利

(10)授权公告号 CN 204319622 U
(45)授权公告日 2015.05.13

(21)申请号 201420815727.0

(22)申请日 2014.12.19

(73)专利权人 温州玩动科技有限公司
地址 325000 浙江省温州市鹿城区飞霞北路康华大厦A、B、C幢210室

(72)发明人 董士瑊

(51)Int.Cl.
A63B 21/072(2006.01)

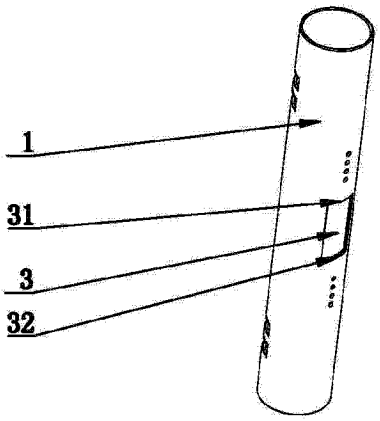
权利要求书1页 说明书2页 附图1页

(54)实用新型名称

新型训练管

(57)摘要

一种新型训练管。主要解决了现有健身器材无法对全身起到一个很好的锻炼效果的问题。其特征在于:所述的管体(1)上设有握持部(2)和撑顶部(3),所述的管体(1)上还设有插入部(4),所述的插入部(4)包括有若干沿管体(1)轴线分布的插入孔(41)组成。该新型训练管可配合其多样自由的锻炼方式,来做不同的健身动作,对全身进行锻炼,相较于传统健身器材简洁、方便、多样且容易收藏携带,安全性好。



CN 204319622 U

1. 一种新型训练管，包括管体（1），其特征在于：所述的管体（1）上设有握持部（2）和撑顶部（3），所述的管体（1）上还设有插入部（4），所述的插入部（4）包括有若干沿管体（1）轴线分布的插入孔（41）组成。

2. 根据权利要求 1 所述的新型训练管，其特征在于：所述的握持部（2）包括有设于管体（1）上的第一握持孔（21）和第二握持孔（22），所述的第一握持孔（21）和第二握持孔（22）之间设有握持块（23）。

3. 根据权利要求 1 所述的新型训练管，其特征在于：所述的撑顶部（3）包括有设于管体（1）上的撑顶孔（31），所述的撑顶孔（31）内设有相向设置的第一撑顶面（32）和第二撑顶面（33）。

4. 根据权利要求 3 所述的新型训练管，其特征在于：所述的撑顶孔（31）为方孔。

5. 根据权利要求 1 所述的新型训练管，其特征在于：所述的管体（1）上至少设有两个握持部（2）。

6. 根据权利要求 1 所述的新型训练管，其特征在于：所述的插入部（4）由 4 个插入孔（41）组成。

7. 根据权利要求 1 所述的新型训练管，其特征在于：所述的管体（1）上至少设有两个插入部（4）。

8. 根据权利要求 1 所述的新型训练管，其特征在于：所述的管体（1）由橡胶制成。

新型训练管

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种训练管，具体涉及一种新型训练管。

背景技术

[0002] 在工作日益繁忙的现代，人们在经历了一天枯燥、乏味的工作后，往往会选择一些既能锻炼身体，又充满趣味的运动。很多人会选择哑铃、杠铃、壶铃、平衡球等等器材，使用这些器材能很好地释放压力，锻炼身体。但是这些器材在锻炼时所侧重的身体部位不同，如哑铃主要是提高手臂力量，而杠铃则主要提高胸背处力量，都无法对全身起到一个很好的锻炼效果，而且这些器材普遍偏重携带不便。

实用新型内容

[0003] 为了克服背景技术的不足，主要解决了现有健身器材无法对全身起到一个很好的锻炼效果的问题。

[0004] 本实用新型所采用的技术方案是：一种新型训练管，包括管体，所述的管体上设有握持部和撑顶部，所述的管体上还设有插入部，所述的插入部包括有若干沿管体轴线分布的插入孔组成。

[0005] 所述的握持部包括有设于管体上的第一握持孔和第二握持孔，所述的第一握持孔和第二握持孔之间设有握持块。

[0006] 所述的撑顶部包括有设于管体上的撑顶孔，所述的撑顶孔内设有相向设置的第一撑顶面和第二撑顶面。

[0007] 所述的撑顶孔为方孔。

[0008] 所述的管体上至少设有两个握持部。

[0009] 所述的插入部由 4 个插入孔组成。

[0010] 所述的管体上至少设有两个插入部。

[0011] 所述的管体由橡胶制成。

[0012] 本实用新型的有益效果是：该新型训练管可配合其多样自由的锻炼方式，来做不同的健身动作，对全身进行锻炼，相较于传统健身器材简洁、方便、多样且容易收藏携带，安全性好。

附图说明

[0013] 图 1 为本实用新型的结构示意图。

[0014] 图 2 为本实用新型的结构示意图。

[0015] 图中 1- 管体，2- 握持部，21- 第一握持孔，22- 第二握持孔，23- 握持块，3- 撑顶部，31- 撑顶孔，32- 第一撑顶面，33- 第二撑顶面，4- 插入部，41- 插入孔。

具体实施方式

[0016] 下面结合附图对本实用新型实施例作进一步说明：

[0017] 如图 1 结合图 2 所示，一种新型训练管，包括管体 1，所述的管体 1 上设有握持部 2 和撑顶部 3，所述的管体 1 上还设有插入部 4，所述的插入部 4 包括有若干沿管体 1 轴线分布的插入孔 41 组成。

[0018] 所述的握持部 2 包括有设于管体 1 上的第一握持孔 21 和第二握持孔 22，所述的第一握持孔 21 和第二握持孔 22 之间设有握持块 23。通过手掌虎口两侧的大拇指和食指分别穿过第一握持孔 21 和第二握持孔 22 来握紧握持块 23，从而操作训练管进行锻炼。

[0019] 所述的撑顶部 3 包括有设于管体 1 上的撑顶孔 31，所述的撑顶孔 31 内设有相向设置的第一撑顶面 32 和第二撑顶面 33。双手手掌插入撑顶孔 31，两手手掌撑压第一撑顶面 32 和第二撑顶面 33，从而操作训练管进行锻炼。

[0020] 所述的撑顶孔 31 为方孔。利于手掌撑紧撑顶孔 31。

[0021] 所述的管体 1 上至少设有两个握持部 2。可双手握持管体 1，进行锻炼。

[0022] 所述的插入部 4 由 4 个插入孔 41 组成。各个手指插入插入孔 41，操作训练管对手臂肌肉进行锻炼。

[0023] 所述的管体 1 上至少设有两个插入部 4。可双手分别插入两个插入部 4。

[0024] 所述的管体 1 由橡胶制成。重量轻，便于携带，保证了运动的安全性。

[0025] 本实用新型具体使用如下：训练时，可双手手掌插入撑顶孔 31，两手手掌撑压第一撑顶面 32 和第二撑顶面 33，上下左右驱动管体 1；可双手握持握持块 23，或高举放下管体 1 或挥舞管体 1 来进行锻炼；可手指插入插入孔 41 来操作管体 1；也可双手直接握持管口，来对管体 1 进行翻转推动的操作。

[0026] 实用新型的有益效果是：该新型训练管可配合其多样自由的锻炼方式(可丢、可掷、可拉、可举)，来做不同的健身动作，对全身进行锻炼，使得使用者在柔软度、平衡感、力量、肌肉线条与减脂训练上效果显著，相较于传统健身器材简洁、方便、多样且容易收藏携带，安全性好。

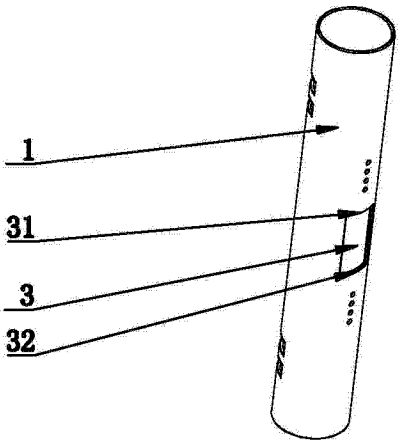


图 1

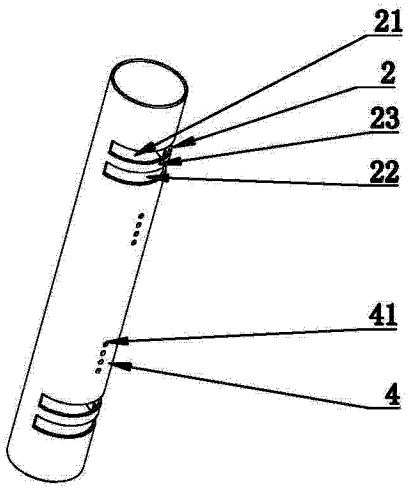


图 2