



(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 203971309 U

(45) 授权公告日 2014. 12. 03

(21) 申请号 201420341943. 6

(22) 申请日 2014. 06. 25

(73) 专利权人 杭州涛度贸易商行

地址 311115 浙江省杭州市余杭区瓶窑镇华
兴路 67 号

(72) 发明人 俞群涛

(74) 专利代理机构 北京科亿知识产权代理事务
所(普通合伙) 11350

代理人 汤东风

(51) Int. Cl.

A63B 23/02(2006. 01)

A63B 23/12(2006. 01)

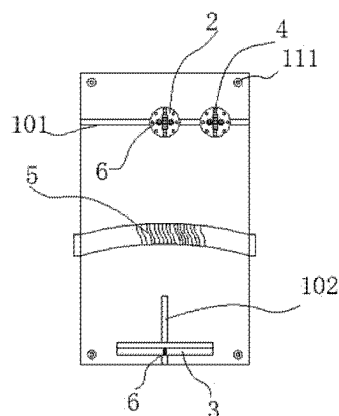
权利要求书1页 说明书2页 附图2页

(54) 实用新型名称

一种健身房专用的俯卧撑板

(57) 摘要

本实用新型公开了一种健身房专用的俯卧撑板,包括底板,及横向开设在底板上部的第一滑槽,及竖向开设在底板下部的第二滑槽,所述第一滑槽内配合有两个把手组件,所述第二滑槽内配合有支脚组件,所述第一滑槽与把手组件之间、第二滑槽和支脚组件均配合有锁紧螺栓,所述把手组件包括一个圆形的盘面,及环形设置在盘面上的若干个定位孔,及配合在两处于同一盘面直径上的定位孔之间的把手,所述支脚组件包括一块 L 形的支脚板,所述底板的两侧之间连接有一根松紧带;该装置可以帮助规范俯卧撑的动作,同时还可以配合外力增加俯卧撑的用力度,增加锻炼效果。



1. 一种健身房专用的俯卧撑板,其特征在于:包括底板,及横向开设在底板上部的第一滑槽,及竖向开设在底板下部的第二滑槽,所述第一滑槽内配合有两个把手组件,所述第二滑槽内配合有支脚组件,所述第一滑槽与把手组件之间、第二滑槽和支脚组件均配合有锁紧螺栓,所述把手组件包括一个圆形的盘面,及环形设置在盘面上的若干个定位孔,及配合在两处于同一盘面直径上的定位孔之间的把手,所述支脚组件包括一块 L 形的支脚板,所述底板的两侧之间连接有一根松紧带。

2. 根据权利要求 1 所述的健身房专用的俯卧撑板,其特征在于:所述把手包括凸字形的支撑杆,及对称设置在支撑杆底部的圆形的定位块,及套设在支撑杆上的握把,所述握把为海绵制成,其底部具有一个缺口,并通过该缺口配合在支撑杆上,所述握把的外壁上具有五个与人体手指相对应的弧形槽。

3. 根据权利要求 1 所述的健身房专用的俯卧撑板,其特征在于:所述第一滑槽和第二滑槽均为 T 形槽,所述锁紧螺栓包括一个方形的螺栓头,及与螺栓头为一体式结构的螺杆,所述螺杆顶部具有螺纹段,并通过该螺纹段配合有螺母,所述螺栓头配合在 T 形槽内。

4. 根据权利要求 1 所述的健身房专用的俯卧撑板,其特征在于:所述安装在支脚组件和第二滑槽之间、把手组件和第一滑槽之间的锁紧螺栓均设置有两个。

5. 根据权利要求 1 所述的健身房专用的俯卧撑板,其特征在于:所述底板的四角处均设置有安装孔。

一种健身房专用的俯卧撑板

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种健身房专用的俯卧撑板。

背景技术

[0002] 俯卧撑是较为常见的一种原地运动方式,现有的办法是通过瑜伽毯进行锻炼,这类锻炼方式不能较好的规范俯卧撑的动作,同时不能起到较好的辅助作用,锻炼效果较差。

发明内容

[0003] 本实用新型要解决的技术问题是提供一种健身房专用的俯卧撑板,该装置可以帮助规范俯卧撑的动作,同时还可以配合外力增加俯卧撑的用力度,增加锻炼效果。

[0004] 为解决上述问题,本实用新型采用如下技术方案:

[0005] 一种健身房专用的俯卧撑板,包括底板,及横向开设在底板上部的第一滑槽,及竖向开设在底板下部的第二滑槽,所述第一滑槽内配合有两个把手组件,所述第二滑槽内配合有支脚组件,所述第一滑槽与把手组件之间、第二滑槽和支脚组件均配合有锁紧螺栓,所述把手组件包括一个圆形的盘面,及环形设置在盘面上的若干个定位孔,及配合在两处于同一盘面直径上的定位孔之间的把手,所述支脚组件包括一块 L 形的支脚板,所述底板的两侧之间连接有一根松紧带。

[0006] 作为优选的技术方案,所述把手包括凸字形的支撑杆,及对称设置在支撑杆底部的圆形的定位块,及套设在支撑杆上的握把,所述握把为海绵制成,其底部具有一个缺口,并通过该缺口配合在支撑杆上,所述握把的外壁上具有五个与人体手指相对应的弧形槽。

[0007] 作为优选的技术方案,所述第一滑槽和第二滑槽均为 T 形槽,所述锁紧螺栓包括一个方形的螺栓头,及与螺栓头为一体式结构的螺杆,所述螺杆顶部具有螺纹段,并通过该螺纹段配合有螺母,所述螺栓头配合在 T 形槽内。

[0008] 作为优选的技术方案,所述安装在支脚组件和第二滑槽之间、把手组件和第一滑槽之间的锁紧螺栓均设置有两个。

[0009] 作为优选的技术方案,所述底板的四角处均设置有安装孔。

[0010] 本实用新型的有益效果是:在锻炼者进行俯卧撑运动时,可以根据自己的动作习惯调节把手组件的角度和两把手组件之间的间距,同时还可根据人体的身高调节支脚组件和把手组件的间距,达到规范动作的效果,同时通过松紧带,可以增加人体的背部压力,通过增加压力使得锻炼效果更佳,本装置的结构较为简单,适合推广使用。

附图说明

[0011] 为了更清楚地说明本实用新型实施例或现有技术中的技术方案,下面将对实施例或现有技术描述中所需要使用的附图作简单地介绍,显而易见地,下面描述中的附图仅仅是本实用新型的一些实施例,对于本领域普通技术人员来讲,在不付出创造性劳动的前提下,还可以根据这些附图获得其他的附图。

- [0012] 图 1 为本实用新型的结构示意图；
[0013] 图 2 为把手组件与底板的配合结构示意图；
[0014] 图 3 为支脚组件与底板的配合结构示意图；
[0015] 图 4 为把手的结构示意图；
[0016] 图 5 为锁紧螺栓的结构示意图。

具体实施方式

[0017] 下面结合附图对本实用新型的优选实施例进行详细阐述，以使本实用新型的优点和特征能更易于被本领域技术人员理解，从而对本实用新型的保护范围做出更为清楚明确的界定。

[0018] 参阅图 1 至图 5 所示的一种健身房专用的俯卧撑板，包括底板 1，及横向开设在底板 1 上部的第一滑槽 101，及竖向开设在底板 1 下部的第二滑槽 102，所述第一滑槽 101 内配合有两个把手组件 2，所述第二滑槽 102 内配合有支脚组件 3，所述第一滑槽 101 与把手组件 2 之间、第二滑槽 102 和支脚组件 3 均配合有锁紧螺栓 6，所述把手组件 2 包括一个圆形的盘面 201，及环形设置在盘面 201 上的若干个定位孔 202，及配合在两处于同一盘面 201 直径上的定位孔 202 之间的把手 4，所述支脚组件 3 包括一块 L 形的支脚板 301，所述底板 1 的两侧之间连接有一根松紧带 5。

[0019] 本实用新型中一个较佳的实施例，所述把手 4 包括凸字形的支撑杆 401，及对称设置在支撑杆 401 底部的圆形的定位块 402，及套设在支撑杆 401 上的握把 403，所述握把 403 为海绵制成，其底部具有一个缺口，并通过该缺口配合在支撑杆 401 上，所述握把 403 的外壁上具有五个与人体手指相对应的弧形槽 413。

[0020] 本实用新型中一个较佳的实施例，所述第一滑槽 101 和第二滑槽 102 均为 T 形槽，所述锁紧螺栓 6 包括一个方形的螺栓头 601，及与螺栓头 601 为一体式结构的螺杆 602，所述螺杆 602 顶部具有螺纹段，并通过该螺纹段配合有螺母 603，所述螺栓头 601 配合在 T 形槽内。

[0021] 本实用新型中一个较佳的实施例，所述安装在支脚组件 3 和第二滑槽 102 之间、把手组件 2 和第一滑槽 101 之间的锁紧螺栓 6 均设置有两个。

[0022] 本实用新型中一个较佳的实施例，所述底板 1 的四角处均设置有安装孔 111。

[0023] 本实用新型的有益效果是：在锻炼者进行俯卧撑运动时，可以根据自己的动作习惯调节把手组件的角度和两把手组件之间的间距，同时还可根据人体的身高调节支脚组件和把手组件的间距，达到规范动作的效果，同时通过松紧带，可以增加人体的背部压力，通过增加压力使得锻炼效果更佳，本装置的结构较为简单，适合推广使用。

[0024] 以上显示和描述了本实用新型的基本原理、主要特征和本实用新型的优点。本行业的技术人员应该了解，本实用新型不受上述实施例的限制，上述实施例和说明书中描述的只是说明本实用新型的原理，在不脱离本实用新型精神和范围的前提下本实用新型还会有各种变化和改进，这些变化和改进都落入要求保护的本实用新型范围内。本实用新型要求保护范围由所附的权利要求书及其等同物界定。

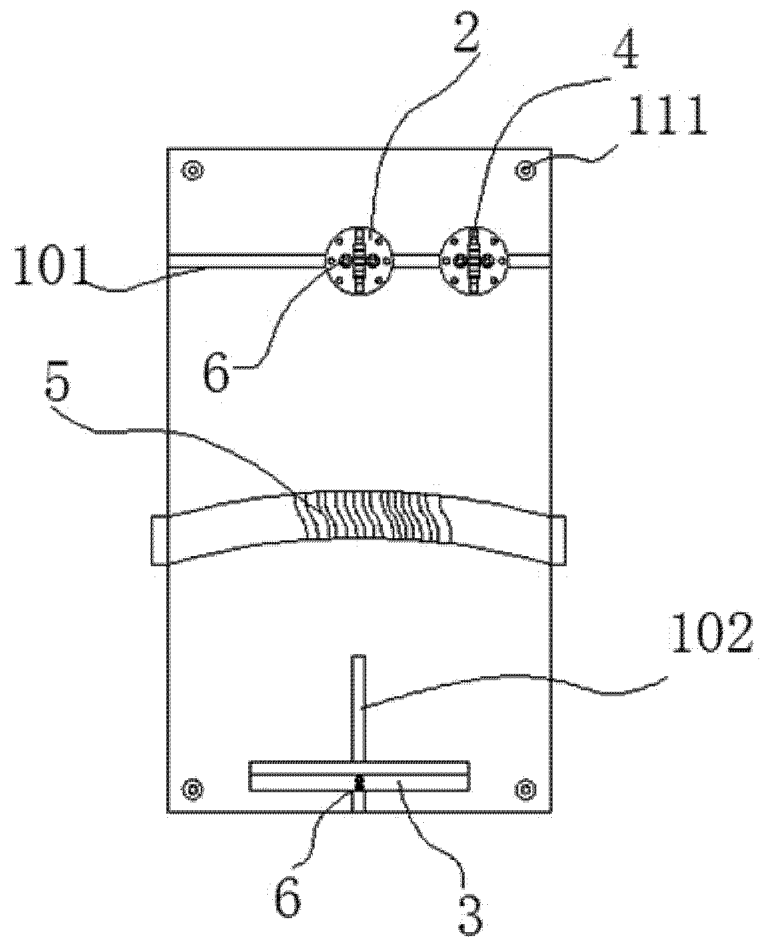


图 1

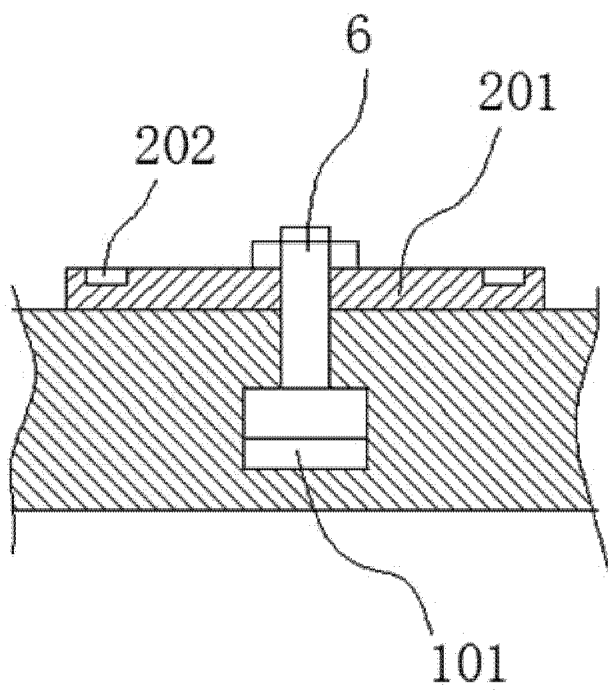


图 2

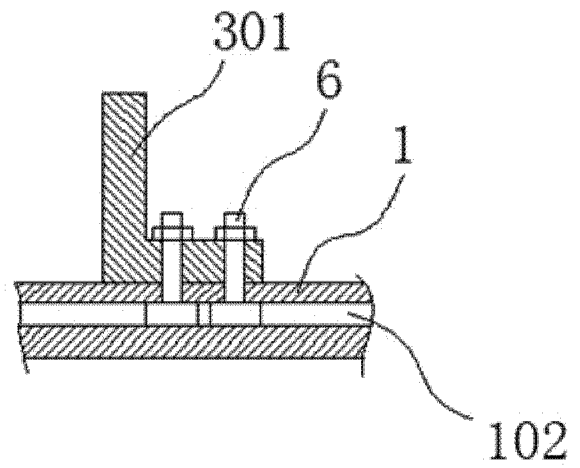


图 3

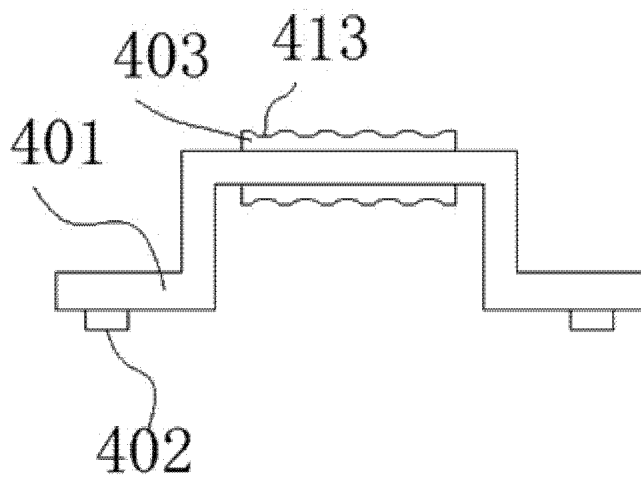


图 4

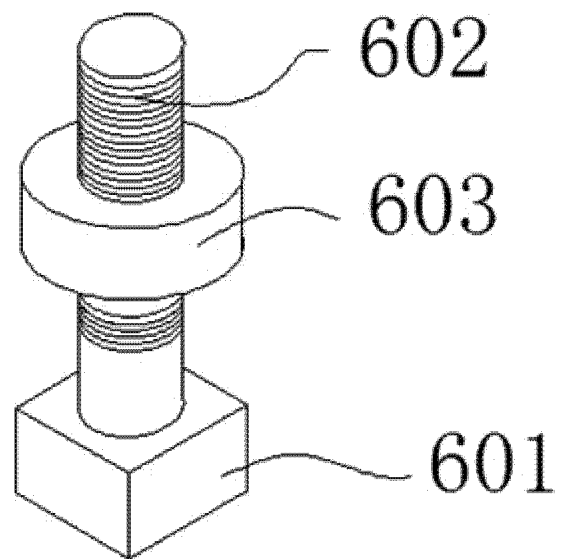


图 5