(19) OFICINA ESPAÑOLA DE PATENTES Y MARCAS

ESPAÑA

(11) Número de publicación: **1 196 885**

(21) Número de solicitud: 201700707

(51) Int. CI.:

A63B 23/035 (2006.01)
A63B 21/068 (2006.01)

(12) SOLICITUD DE MODELO DE UTILIDAD U

(22) Fecha de presentación:

19.10.2017

(43) Fecha de publicación de la solicitud:

07.11.2017

(71) Solicitantes:

RODRIGUEZ DE ALMEIDA CARRION, Daniel (100.0%)
C/ NARCIOSO SERRA 8, 7º A
28007 MADRID, ES

(72) Inventor/es:

RODRÍGUEZ DE ALMEIDA CARRIÓN, Daniel

(54) Título: **Aparato para el desarrollo muscular utilizando el propio peso**

ES 1 196 885 U

DESCRIPCIÓN

APARATO PARA EL DESARROLLO MUSCULAR UTILIZANDO EL PROPIO PESO

SECTOR DE LA TÉCNICA

Aparatos de gimnasia en los que el ejercicio se realiza valiéndose del propio peso del que lo usa.

ESTADO DE LA TÉCNICA

Existen diversos sistemas en los que se utiliza el propio peso tales como cintas de suspensión, barras de dominadas, ruedas para abdominales, apoyos de manos para flexiones...pero el autor no ha encontrado ninguno con el que se hagan trabajar tantos grupos musculares a la vez de una manera tan eficaz y segura. Un inconveniente de los sistemas que requieren para su uso el engancharlos o sujetarlos a algo como son las cintas de suspensión o las barras de dominadas que se sujetan a marcos de puertas o paredes de pasillo, es que no son del todo seguros para el usuario puesto que pueden desprenderse poniendo en peligro al que lo usa y además terminan deteriorando las zonas donde se sujetan.

El sistema objeto de la invención no cuenta con estos inconvenientes y si con la ventaja de su robustez, seguridad y simplicidad.

EXPLICACIÓN DE LA INVENCIÓN

Aparato de gimnasia diseñado para el entrenamiento funcional o con peso corporal, formado por dos barras de longitud variable y un apoyo al que están unidas ambas barras, cada una de ellas por uno de sus extremos, quedando libres los otros dos. Este apoyo es un prisma triangular cuyas dos caras paralelas, bases, son triángulos rectángulos. Dos tubos de diámetro interior igual al exterior de las barras, están unidos cada uno de ellos por uno de sus extremos a la cara oblicua del prisma de un modo articulado por medio de una junta cardan, permitiendo que el otro extremo del tubo quede libre de moverse. Las barras de longitud variable se alojan en el interior de estos tubos de tal modo que todo forme un conjunto unido, pero articulado, permitiendo desalineaciones de las barras respecto al apoyo y una cierta rotación de las barras respecto a cada uno de los tubos donde están alojadas, según el eje común a ambos.

El objetivo al realizar ejercicios con este aparato es el fortalecimiento de la musculatura a través de la resistencia del propio peso a la gravedad.

Para realizarlos el usuario fijará la longitud de las barras que están formadas por tubos telescópicos a una medida algo menor a su estatura y mediante un sistema de bloqueo impedirá la variación de dicha longitud. A continuación apoyará el prisma en la arista que forma el suelo con la pared del lugar donde se vayan a realizar los ejercicios, de tal modo que las dos caras del prisma perpendiculares entre sí, entren en contacto con suelo y pared, y agarrando los otros dos extremos libres de las barras con cada una de sus manos, hará retroceder sus pies respecto al apoyo y utilizando su propio peso, se dejará inclinar hacia el apoyo saliendo de su equilibrio natural de tal modo que para mantenerlo, deberá realizar un esfuerzo por medio de brazos y manos sobre las barras que conducirán este esfuerzo hacia el apoyo, encargándose las juntas cardan de absorber las variaciones de posición de los brazos y manos y por tanto de las barras consiguiendo un equilibrio seguro basado en tres puntos: los pies y el apoyo en la arista suelo-pared.

El ejercitante variando la posición de sus pies y brazos, y siempre dejando reposar su peso sobre el apoyo a través de las barras y manteniendo el equilibrio, conseguirá realizar un buen ejercicio en el que se verá involucrada gran parte de la musculatura del cuerpo. Para lograr aumentar la resistencia de los ejercicios, el ejercitante modificará la posición de los puntos de apoyo de sus pies y posición corporal, haciendo variar el centro de masas y dejando invariable la posición del apoyo en la arista suelo-pared.

Los ejercicios pueden realizarse tanto en interior como en el exterior, puesto que solo hace falta un suelo y una pared, o, suelo y el plano vertical de un bordillo o escalón que sirva de tope al apoyo. Este aparato cuenta con la ventaja de poder variar la longitud de las barras y reduciéndola al máximo facilitar su transporte y almacenamiento.

BREVE DESCRIPCIÓN DE LOS DIBUJOS

La Fig. 1 muestra al ejercitante adoptando una postura de las múltiples posibles en la que descarga su peso sobre las barras (2) que a su vez lo transmiten al apoyo (1) que no puede desplazarse porque hace tope con suelo (7) y pared (8).

La Fig. 2 muestra en detalle el apoyo (1) al que es transmitido el esfuerzo del ejercitante por medio de las dos barras (2), que están insertadas en los tubos (3), a través del sistema articulado de las juntas cardan (4).

La Fig. 3 muestra una vista frontal del apoyo (1), de las juntas cardan (4) y de los tubos (3) donde se insertan las barras.

La Fig. 4 muestra una vista lateral de la anterior donde se aprecian los planos horizontal (5) y vertical (6) del apoyo que se hacen coincidir con el suelo (7) y pared (8) respectivamente al realizar los ejercicios.

La Fig. 5 muestra otra perspectiva del apoyo (1).

La Fig. 6 muestra otra opción de unión articulada de los tubos (3) al apoyo (1) mediante rótulas (9).

La Fig. 7 muestra distintas posiciones y posturas del ejercitante en las que se aprecia que sin mover el apoyo (1) del lugar donde este hace tope con la arista suelo-pared, cualquier variación de la posición de las barras (2), y dirección de la fuerza aplicada sobre ellas, las juntas cardan (4) se encargan de reconducir este esfuerzo hacia el apoyo (1).

REALIZACIÓN PREFERENTE DE LA INVENCIÓN

La realización práctica de la conexión de las barras (2) con el apoyo (1), puede realizarse tanto con juntas cardan (4) como con rótulas (9), puesto que lo que se pretende es que el conjunto apoyo-barras sea articulado, robusto y seguro, ya que tiene que soportar el peso del usuario y la dirección en la que se aplica este hacia el apoyo (1) a través de las barras (2).

REIVINDICACIONES

1. Aparato de gimnasia diseñado para el entrenamiento funcional o con peso corporal, caracterizado por estar formado por dos barras (2) de longitud variable y un apoyo (1) al que están unidas estas dos barras cada una de ellas por uno de sus extremos de un modo articulado por medio de unas juntas cardan (4).
2. Aparato de gimnasia diseñado para el entrenamiento funcional o con peso corporal según reivindicación 1 caracterizado porque las barras están unidas al apoyo de un modo articulado por unas rótulas (9).

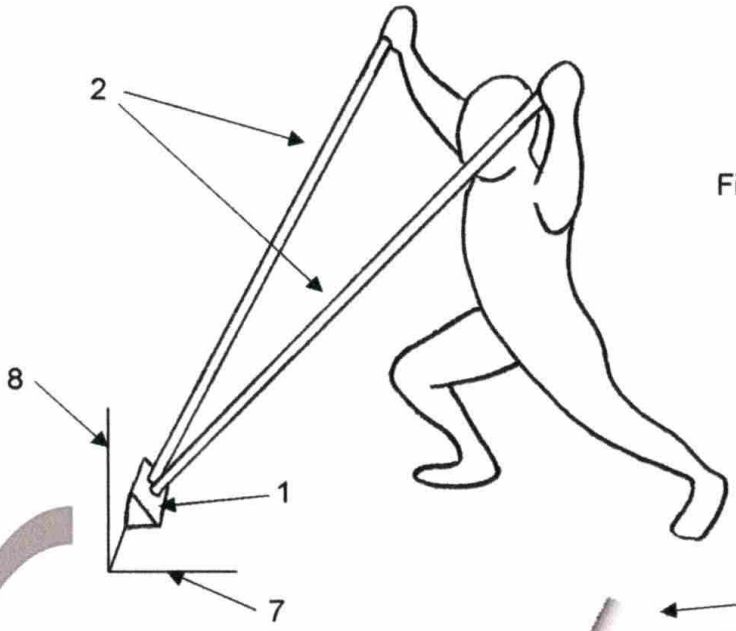

Fig. 1

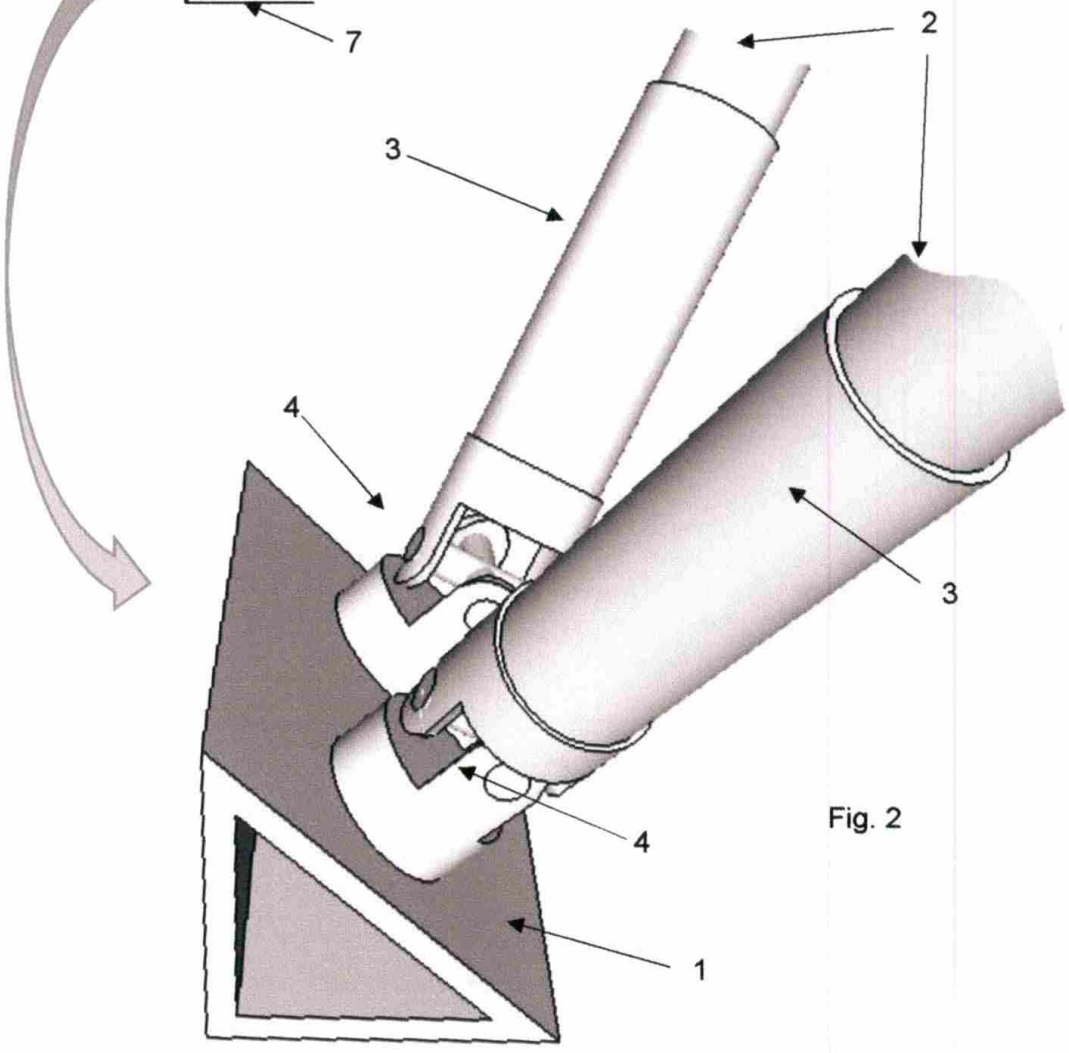

Fig. 2

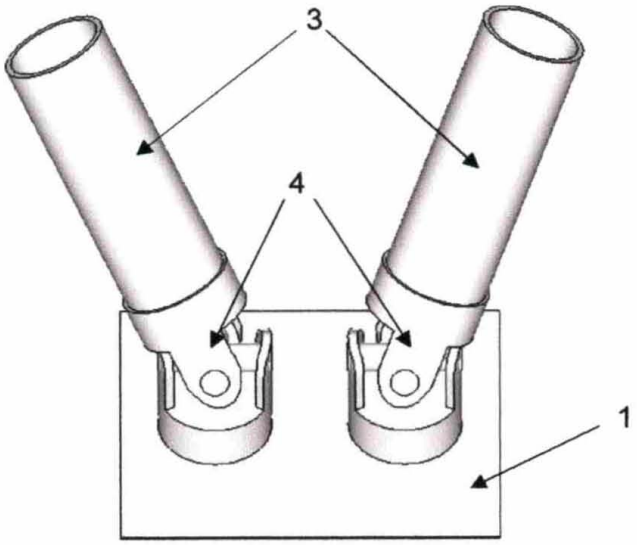

Fig. 3

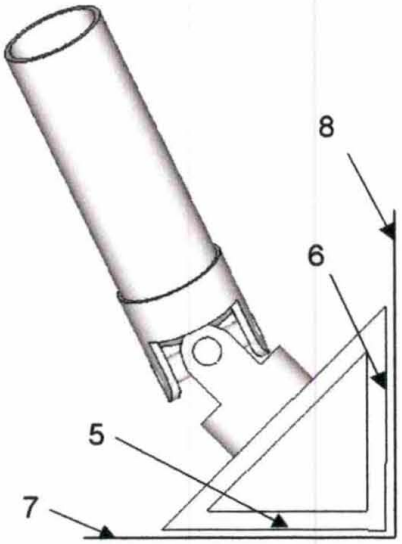

Fig. 4

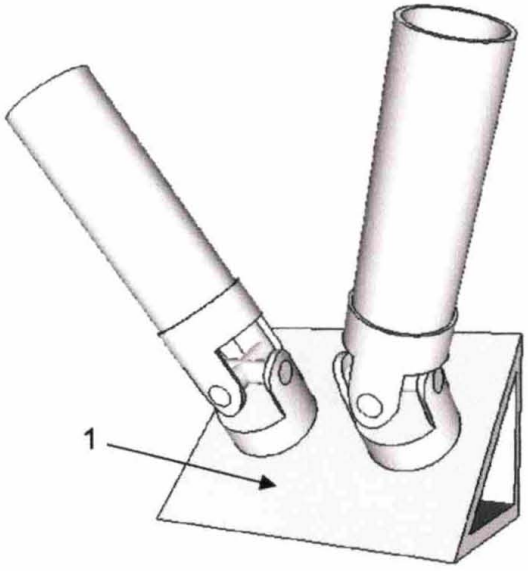

Fig.5

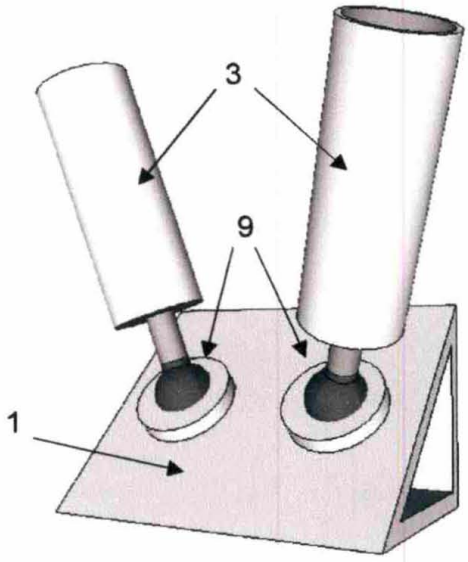

Fig.6
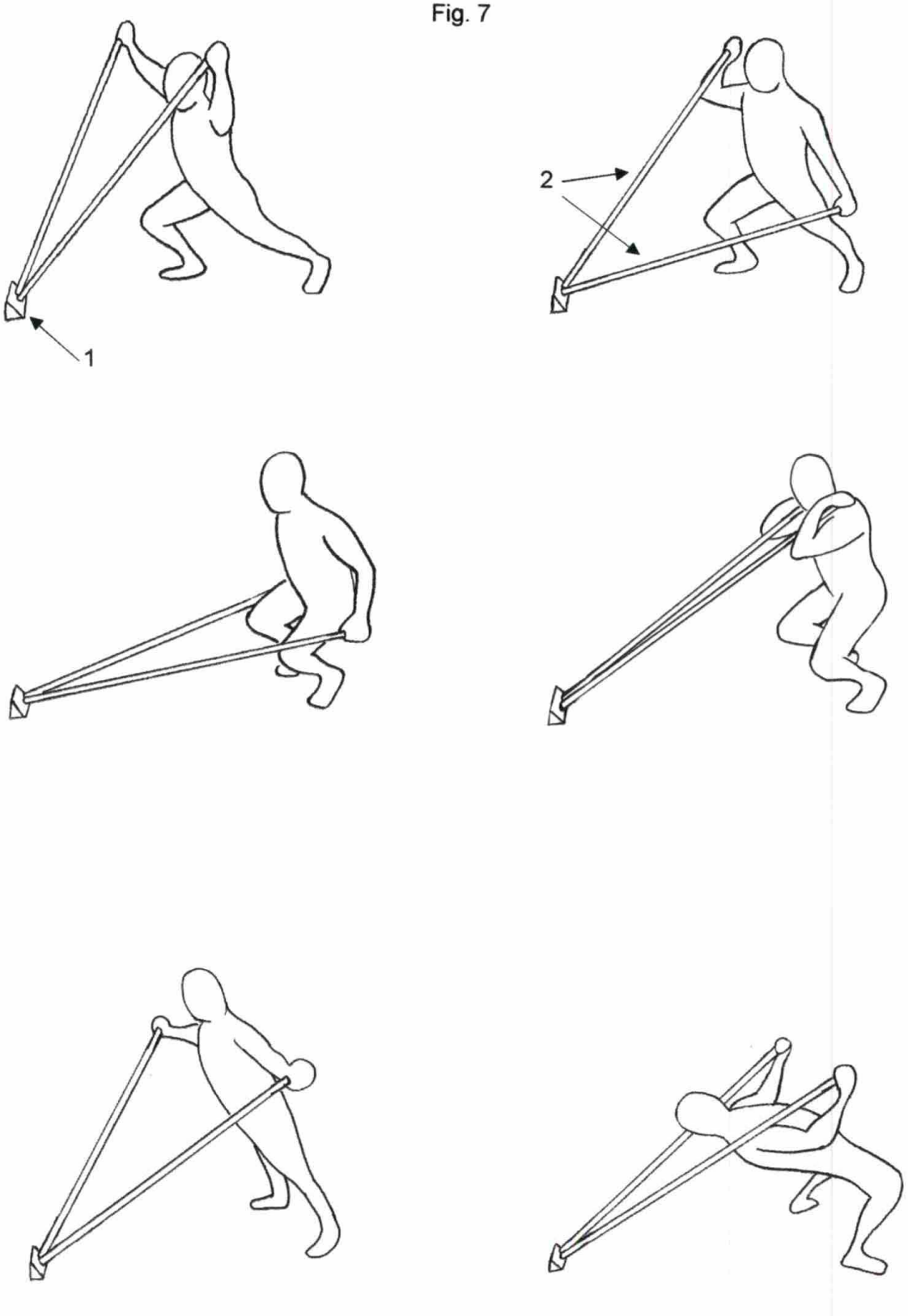
Fig. 7