

12

EUROPÄISCHE PATENTANMELDUNG

21 Anmeldenummer: 83104075.3

51 Int. Cl.³: A 63 B 21/00
 A 63 B 23/02

22 Anmeldetag: 26.04.83

30 Priorität: 11.01.83 DE 8300567 U

43 Veröffentlichungstag der Anmeldung:
 29.08.84 Patentblatt 84/35

84 Benannte Vertragsstaaten:
 AT BE CH DE FR GB IT LI LU NL SE

71 Anmelder: Leutheuser, Heinz
 Tessinerstrasse 116
 D-8000 München 71(DE)

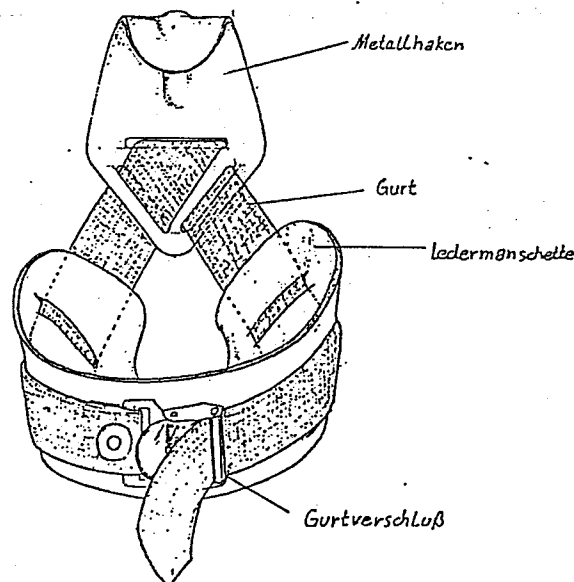
72 Erfinder: Leutheuser, Heinz
 Tessinerstrasse 116
 D-8000 München 71(DE)

54 Klimmzughilfe zur Entlastung des Unterarms beim Rückentraining im Kraftsport und somit zur Ermöglichung zum intensiveren Training.

57 Klimmzughilfe zur Entlastung des Unterarms bei Übungen, die die Rückenmuskulatur fördern, und dadurch die Möglichkeit, die Intensität beim Training zu steigern.

Die Klimmzughilfe besteht aus einem hochbelastbaren Haken, der auf jede handelsübliche Klimmzugstange paßt, und einer Handgelenksmanschette mit stufenloser Einstellung, die eine individuelle Anpassung an jedes Handgelenk ermöglicht.

Klimmzug-Hilfe „Bavaria-Lats“



"Bavaria-Lats" sind eine Klimmzughilfe für den Bodybuilder und Fitness Sportler.

Um die Funktion dieser Klimmzughilfe genauer zu erläutern, möchte ich auf die Grundprinzipien des Muskelwachstums und des Kraftzuwachses kurz eingehen.

Muskelwachstum bzw. Kraftzuwachs erreicht man u.a. nach dem Überlastungsprinzip. Das heißt, man trainiert mit möglichst schweren Gewichten, um so den Muskel maximal anzuregen. Das gleiche gilt für die Latissimus und Rückenmuskeln. Jede Muskelgruppe wird höchstens 2 X wöchentlich trainiert, daraus ergibt sich die Tatsache, daß man bestimmte Muskelgruppen zusammen trainiert. So zum Beispiel: Latissimus-Bizeps, oder Brust-, Schulter-Trizeps.

Wenn ich nun Latissimus und Rücken trainiere und das mit möglichst schweren Gewichten, so belaste ich nicht nur die Lats- und Rückenmuskeln, sondern auch sehr stark die Unterarme und Hände. Das kann sich so auswirken, daß man in den Lats- und Rückenmuskeln zwar noch Kraft hat, aber nicht mehr im Unterarm, wodurch sich der Griff öffnet und die Klimmzug- oder Ruderstange nicht mehr zu halten ist.

Hierfür bieten "Bavaria-Lats" eine wesentliche Hilfe. Einerseits kann man Lats- und Rückenmuskeln viel stärker belasten, andererseits bleibt der Unterarm weitgehend unbelastet, wodurch man im folgenden Bizepstraining noch volle Kraft besitzt und so auch hier intensiver trainieren kann.

"Bavaria-Lats" sind sowohl für Männer als auch für Frauen von großem Nutzen und können individuell an jedes Handgelenk angepaßt werden.

Der Metallhaken hat einen Durchmesser von ca. 28 mm, der für jede handelsübliche Klimmzugstange ausreicht. Außerdem ist der Haken mit einer Sikke versehen, um eine maximale Stabilität zu gewährleisten.

Unter dem Gurt befindet sich eine Ledermanschette, um den entstehenden Druck auf Gelenk und Handrücken optimal zu verteilen. Der Gurtverschluß läßt sich problemlos mit einer Hand bedienen.

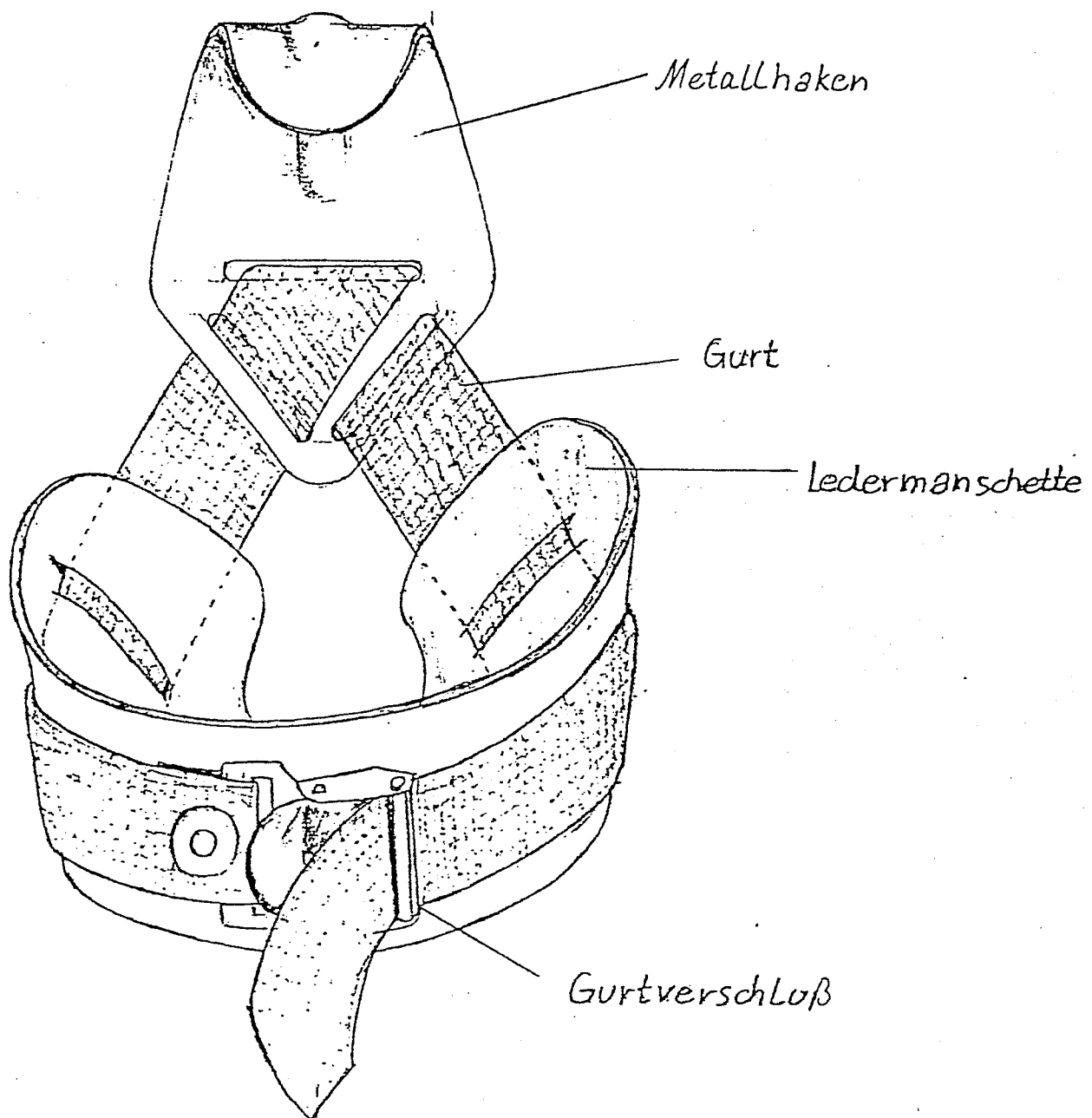
1. Klimmzughilfe zur Entlastung des Unterarms beim Rücken-
training im Kraftsport und somit die Ermöglichung zum
intensiveren Training,

dadurch gekennzeichnet, daß die Klimmzughilfe aus einem
Haken, einer Handgelenksmanchete und einem stufenlosen
Verschluß zusammengesetzt ist.

2. Klimmzughilfe nach Anspruch 1,

dadurch gekennzeichnet, daß die Klimmzughilfe individuell
an jedes Handgelenk angepaßt werden kann und zur Verwendung
aller Übungen, die die Rückenmuskulatur fördern, geeignet
ist.

Klimmzug-Hilfe „Bavaria-Lats“ 0116670



M: 1:1



EINSCHLÄGIGE DOKUMENTE			
Kategorie	Kennzeichnung des Dokuments mit Angabe, soweit erforderlich, der maßgeblichen Teile	Betrifft Anspruch	KLASSIFIKATION DER ANMELDUNG (Int. Cl. ³)
A	FR-A-2 467 610 (TRAN DINH) * Seite 1, Zeile 29 - Seite 2, Zeile 5; Figuren 2-4; Ansprüche 1, 6 *	1	A 63 B 21/00 A 63 B 23/02
A	DE-A-2 900 088 (FRICKE) * Ansprüche 1-6 *	1	
A,P	FR-A-2 514 721 (MAILLARD) * Figuren 6, 7; Ansprüche 3, 4 *	1	
			RECHERCHIERTE SACHGEBIETE (Int. Cl. ³)
			A 63 B 21/00 A 63 B 23/00 A 63 B 71/00 E 63 B 35/00
Der vorliegende Recherchenbericht wurde für alle Patentansprüche erstellt.			
Recherchenort BERLIN		Abschlußdatum der Recherche 27-03-1984	Prüfer BARNY DE ROMANET P.M
KATEGORIE DER GENANNTEN DOKUMENTEN X : von besonderer Bedeutung allein betrachtet Y : von besonderer Bedeutung in Verbindung mit einer anderen Veröffentlichung derselben Kategorie A : technologischer Hintergrund O : nichtschriftliche Offenbarung P : Zwischenliteratur T : der Erfindung zugrunde liegende Theorien oder Grundsätze E : älteres Patentdokument, das jedoch erst am oder nach dem Anmeldedatum veröffentlicht worden ist D : in der Anmeldung angeführtes Dokument L : aus andern Gründen angeführtes Dokument & : Mitglied der gleichen Patentfamilie, übereinstimmendes Dokument			