



Europäisches Patentamt
European Patent Office
Office européen des brevets



(11)

EP 1 634 629 A1

(12)

EUROPÄISCHE PATENTANMELDUNG

(43) Veröffentlichungstag:
15.03.2006 Patentblatt 2006/11

(51) Int Cl.:
A63B 23/035 (2006.01)

(21) Anmeldenummer: **04450173.2**

(22) Anmeldetag: **13.09.2004**

(84) Benannte Vertragsstaaten:
**AT BE BG CH CY CZ DE DK EE ES FI FR GB GR
HU IE IT LI LU MC NL PL PT RO SE SI SK TR**
Benannte Erstreckungsstaaten:
AL HR LT LV MK

(71) Anmelder: **Tomitzi, Rudolf**
1230 Wien (AT)

(72) Erfinder: **Tomitzi, Rudolf**
1230 Wien (AT)

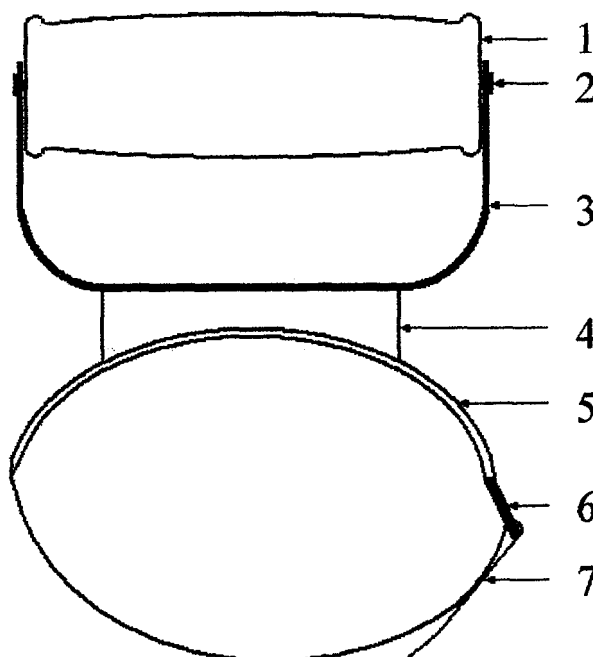
(74) Vertreter: **Weiser, Andreas**
Patentanwalt,
Hietzinger Hauptstrasse 4
1130 Wien (AT)

(54) **Vorrichtung zum Trainieren der Armuskulatur**

(57) Eine Vorrichtung zum Mit-Trainieren der Armuskulatur für Benutzer von pedalbetriebenen Sportgeräten, mit einem um den Oberschenkel anlegbaren Gurt (5 - 7), welcher einen Griff zur Ergreifung mit der Hand aufweist, um die Beinmuskulatur mittels der Armusku-

latur zu unterstützen, zeichnet sich dadurch aus, daß der Griff eine mit der Hand zur Gänze umfaßbare Griffstange (1) aufweist, deren Achse (2) im wesentlichen parallel zum oberen Verlauf des Gurtes (5 - 7) liegt und die über eine Halterung (3, 4) mit Abstand zum Gurt (5 - 7) an diesem befestigt ist.

FIG. 1



EP 1 634 629 A1

Beschreibung

[0001] Die vorliegende Erfindung betrifft eine Vorrichtung zum Mit-Trainieren der Armmuskulatur für Benutzer von pedalbetriebenen Sportgeräten, mit einem um den Oberschenkel anlegbaren Gurt, welcher einen Griff zur Ergreifung mit der Hand aufweist, um die Beinmuskulatur mittels der Armmuskulatur zu unterstützen.

[0002] Eine derartige Vorrichtung ist aus der US 5 768 702 bekannt und ermöglicht das Mit-Trainieren der Oberkörper- und Armmuskulatur z.B. auf einem Fahrrad-Heimtrainer. Der Benutzer befestigt an jedem Oberschenkel im Bereich des Knies jeweils eine Vorrichtung und ergreift sie mit jeweils einer Hand, um die Abwärts- oder Aufwärtsbewegung der Beine mit den Armen zu unterstützen.

[0003] Bei der aus der US 5 768 702 bekannten Vorrichtung ist der Griff durch einen an die Form der Handfläche angepaßten Block gebildet, welcher unmittelbar am Gurt befestigt ist und vom Benutzer von oben her ergriffen wird. Die Handfläche ruht auf der Blockoberseite und die Fingerspitzen umfassen die Vorderkanten des Blocks. Dadurch ist die in Zugrichtung ausübende Armkraft auf das Haltevermögen der Fingerspitzen beschränkt, und durch das Ergreifen von oben ist eine korrekte Belastung der Bizeps-Muskulatur nicht gewährleistet.

[0004] Die vorliegende Erfindung setzt sich zum Ziel, eine Vorrichtung der eingangs genannten Art zu schaffen, welche für jede Art von Armmuskulaturtraining an einem pedalbetriebenen Sportgerät geeignet ist. Dieses Ziel wird erfindungsgemäß dadurch erreicht, daß der Griff eine mit der Hand zur Gänze umfaßbare Griffstange aufweist, deren Achse im wesentlichen parallel zum oberen Verlauf des Gurtes liegt und die über eine Halterung mit Abstand zum Gurt an diesem befestigt ist.

[0005] Bei der Konstruktion der Erfindung kann der Griff sowohl mit "Obergriff", d.h. von oben, als auch mit "Untergriff", d.h. von unten (Handfläche weist nach oben), ergriffen werden, sodaß in gleicher Weise sowohl ein Armstrecktraining als auch ein Armzugtraining durchgeführt werden kann. Die erfindungsgemäße Vorrichtung stellt - z.B. in Verbindung mit einem Fahrrad-Heimtrainer und entsprechenden Schuhverankerungen an den Pedalen - eine vollwertige Curling-Maschine zum Bizeps- und Trizepstraining dar.

[0006] Weitere Merkmale und Vorteile der Erfindung ergeben sich aus den Unteransprüchen und der nachstehenden Beschreibung einer bevorzugten Ausführungsform, welche auf die begleitenden Zeichnungen Bezug nimmt.

[0007] In den Zeichnungen zeigt Fig. 1 die Vorrichtung der Erfindung in einer Stirnansicht, Fig. 2 in einer Seitenansicht und Fig. 3 in einer Draufsicht.

[0008] Die in den Fig. 1 bis 3 gezeigte Vorrichtung umfaßt eine Griffstange 1, deren Achse 2 in der Verwendungsstellung im wesentlichen horizontal liegt. Die Griffstange 1 ist an ihren Enden in einer Gabel 3 drehbar

gelagert, welche über einen Sockel 4 an einer flächigen Oberschenkelauflage 5 befestigt ist. Alternativ könnte die Griffstange 1 auch drehfest an der durch die Elemente 3, 4 gebildeten Halterung montiert sein.

[0009] Die Oberschenkelauflage 5 ist Teil eines um den Oberschenkel anlegbaren Gurtes 6, 7, der mit Hilfe eines Verschlußringes 6 und eines Klettverschlusses (siehe bei 7 in Fig. 1) lösbar und verstellbar ist.

[0010] Zur Verwendung wird bevorzugt jeweils eine Vorrichtung an einem Oberschenkel, und zwar im unteren Bereich in der Nähe des Knies, befestigt und der Benutzer setzt sich damit auf ein pedalbetriebenes Sportgerät, z.B. ein Fahrrad, einen Fahrrad-Heimtrainer, ein Tretboot usw. Die Griffstangen 1 der beiden Vorrichtungen werden jeweils mit einer Hand ergriffen (bei einem Straßenfahrrad selbstverständlich nur abwechselnd mit einer Hand möglich, da die andere Hand am Lenker bleiben muß; bei einem Heimtrainer können beide Griffstangen 1 gleichzeitig ergriffen werden), um die Beinmuskulatur bei der Pedaldrehung zu unterstützen.

[0011] Aufgrund des Abstandes der Griffstange 1 zum Sockel 4 können die Griffstangen 1 sowohl von oben als auch von unten her ergriffen werden, sodaß sowohl eine Zug- als auch eine Druckbewegung ausgeübt werden kann.

Patentansprüche

1. Vorrichtung zum Mit-Trainieren der Armmuskulatur für Benutzer von pedalbetriebenen Sportgeräten, mit einem um den Oberschenkel anlegbaren Gurt (5 - 7), welcher einen Griff zur Ergreifung mit der Hand aufweist, um die Beinmuskulatur mittels der Armmuskulatur zu unterstützen, **dadurch gekennzeichnet, daß** der Griff eine mit der Hand zur Gänze umfaßbare Griffstange (1) aufweist, deren Achse (2) im wesentlichen parallel zum oberen Verlauf des Gurtes (5 - 7) liegt und die über eine Halterung (3, 4) mit Abstand zum Gurt (5 - 7) an diesem befestigt ist.
2. Vorrichtung nach Anspruch 1, **dadurch gekennzeichnet, daß** die Griffstange (1) an der Halterung (3, 4) drehbar gelagert ist.
3. Vorrichtung nach Anspruch 1 oder 2, **dadurch gekennzeichnet, daß** die Halterung einen am Gurt (5 - 7) befestigten Sockel (4) und eine davon ausgehende Gabel (3) aufweist, welche die Enden der Griffstange (1) lagert.
4. Vorrichtung nach einem der Ansprüche 1 bis 3, **dadurch gekennzeichnet, daß** der Gurt (5 - 7) eine flächige Oberschenkelauflage (5) aufweist, an welcher die Halterung (3, 4) ansetzt.
5. Vorrichtung nach einem der Ansprüche 1 bis 4, **da-**

durch gekennzeichnet, daß der Gurt (5 - 7) mit einem Klettverschluß ausgestattet ist.

5

10

15

20

25

30

35

40

45

50

55

FIG. 2

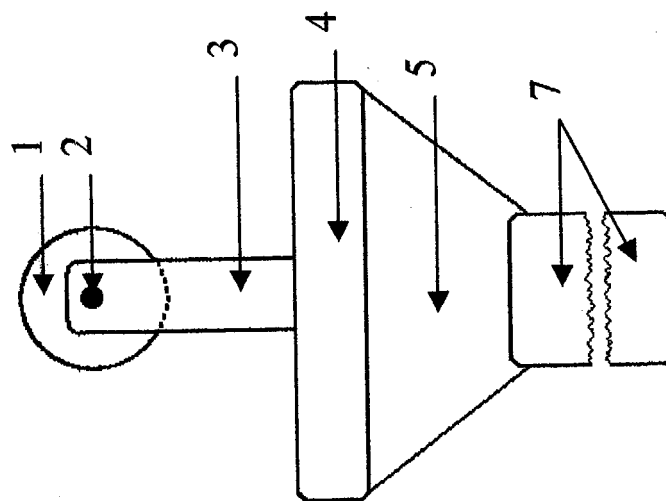


FIG. 1

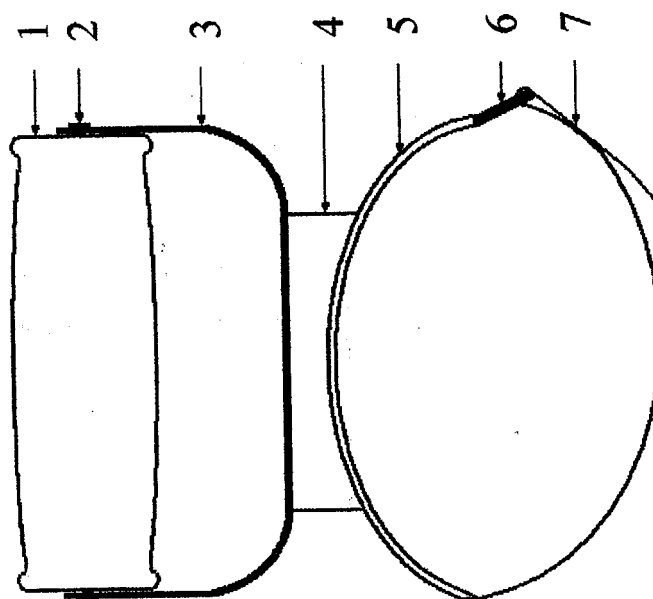
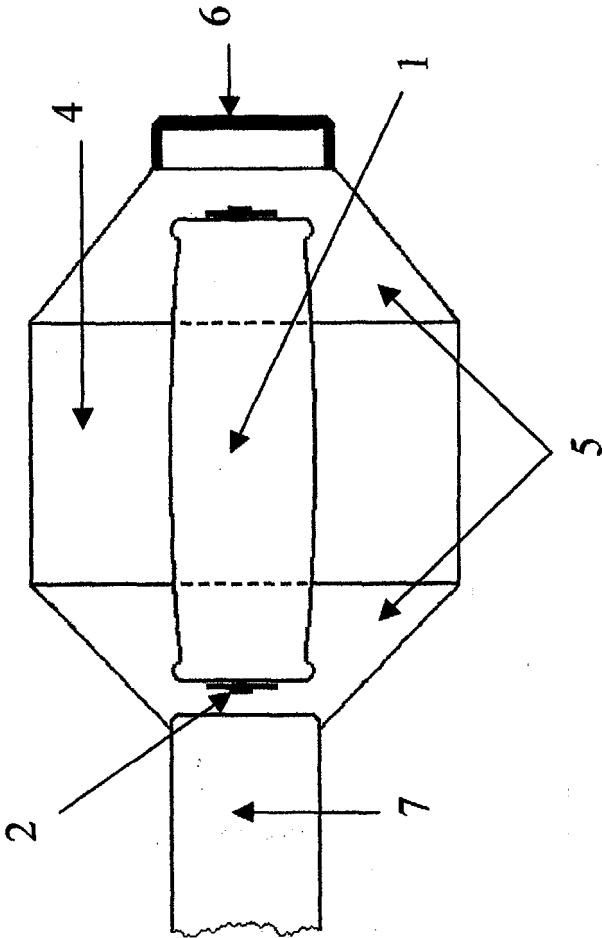


FIG. 3





Europäisches
Patentamt

EUROPÄISCHER RECHERCHENBERICHT

Nummer der Anmeldung
EP 04 45 0173

EINSCHLÄGIGE DOKUMENTE			
Kategorie	Kennzeichnung des Dokuments mit Angabe, soweit erforderlich, der maßgeblichen Teile	Betrifft Anspruch	KLASSIFIKATION DER ANMELDUNG (Int.Cl.7)
X	US 5 518 486 A (SHEELER ET AL) 21. Mai 1996 (1996-05-21)	1,2	A63B23/035
Y	* Abbildung 1 *	4,5	
Y	----- US 4 930 767 A (HAMM ET AL) 5. Juni 1990 (1990-06-05) * Abbildung 2 *	4,5	
X	----- DE 89 01 730 U1 (GRIFKA, JOACHIM, DR.MED., 4330 MUELHEIM, DE) 7. Juni 1990 (1990-06-07) * Abbildung 1 *	1,2	
A,D	----- US 5 768 702 A (KIM ET AL) 23. Juni 1998 (1998-06-23) * das ganze Dokument *	1	
A	----- US 2003/004038 A1 (WROCLAWSKY SOL) 2. Januar 2003 (2003-01-02) * Abbildungen 1,3 *	4,5	
			RECHERCHIERTE SACHGEBIETE (Int.Cl.7)
			A63B A61H
Der vorliegende Recherchenbericht wurde für alle Patentansprüche erstellt			
Recherchenort Den Haag		Abschlußdatum der Recherche 17. März 2005	Prüfer Knoflacher, N
KATEGORIE DER GENANNTEN DOKUMENTE X : von besonderer Bedeutung allein betrachtet Y : von besonderer Bedeutung in Verbindung mit einer anderen Veröffentlichung derselben Kategorie A : technologischer Hintergrund O : mündliche 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 anderen Gründen angeführtes Dokument & : Mitglied der gleichen Patentfamilie, übereinstimmendes Dokument	

1
EPO FORM 1503 03.82 (P04C03)

**ANHANG ZUM EUROPÄISCHEN RECHERCHENBERICHT
 ÜBER DIE EUROPÄISCHE PATENTANMELDUNG NR.**

EP 04 45 0173

In diesem Anhang sind die Mitglieder der Patentfamilien der im obengenannten europäischen Recherchenbericht angeführten Patendokumente angegeben.
 Die Angaben über die Familienmitglieder entsprechen dem Stand der Datei des Europäischen Patentamts am
 Diese Angaben dienen nur zur Unterrichtung und erfolgen ohne Gewähr.

17-03-2005

Im Recherchenbericht angeführtes Patendokument		Datum der Veröffentlichung	Mitglied(er) der Patentfamilie		Datum der Veröffentlichung
US 5518486	A	21-05-1996	KEINE		
US 4930767	A	05-06-1990	KEINE		
DE 8901730	U1	07-06-1990	KEINE		
US 5768702	A	23-06-1998	WO	9963847 A1	16-12-1999
			AU	7963198 A	30-12-1999
US 2003004038	A1	02-01-2003	KEINE		

EPO FORM P0461

Für nähere Einzelheiten zu diesem Anhang : siehe Amtsblatt des Europäischen Patentamts, Nr.12/82