

S/Ref.: 9261-HW

N/Ref.: O.G. 29.138/AV

Int. Cl.	AG3B
----------	------



MODELO DE UTILIDAD **207141**

MEMORIA DESCRIPTIVA

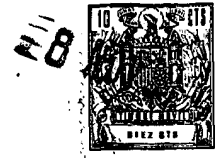
Sobre:

"UN APARATO PARA REALIZAR EJERCICIOS".

-----

Solicitante: INTERNAX HOLDINGS LIMITED, con domicilio en  
P.O. Box 1495, Post Office Building, NASSAU  
(BAHAMAS).

-----



5. La invención consiste en un artículo simplificado para hacer gimnasia de una construcción y configuración únicas que permiten a una persona realizar un gran número de ejercicios peculiares sin cansarse; mientras que de otro modo, una persona normal sólo sería capaz de realizar una pequeña fracción de este número de ejercicios.

10. En la forma de realización preferida de la invención tal como aquí se describe, el artículo adopta la forma de cuerdas o cordones flexibles, cada uno de los cuales pasa sobre una polea fijada a un soporte fijo. En un extremo de cada una de las cuerdas hay un asidero; y en el otro extremo, existe un asidero o estribo para el pie construído de tal modo que se pueda coger con el pie tal extremo de la cuerda. Cada una de las cuerdas es cogida por un extremo con una mano y es mantenida con el pie en un estribo en el otro extremo. Esta configuración permite a la persona que está utilizando este artículo para hacer gimnasia - realizar un cierto número de ejercicios peculiares sin cansarse, teniendo lugar la tensión de la cuerda entre la mano en un extremo y el pie en el otro extremo en un mismo lado del cuerpo.

20. Para su utilización, la persona se tumba sobre el suelo, cogiendo los asideros de los extremos de las cuerdas, siendo mantenidos los otros extremos de las cuerdas por los estribos para los pies. Ello hace posible desplazar los brazos hacia delante mientras que las piernas son elevadas simultáneamente. Como se ha indicado, la tensión de las cuerdas tiene lugar entre la mano y el pie en los extremos opuestos de la cuerda. Esta construcción del artículo para hacer

25. gimnasia hace posible realizar un cierto número de funciones

30.

2079



y lograr determinados objetos sin cansarse, entre los cuales puede citarse los siguientes.

- Una persona que utilice este artículo para hacer gimnasia puede efectuar aproximadamente 500 elevaciones de la pierna y otros movimientos o ejercicios de elevación de la pierna de una sola vez sin interrupción; mientras que sin el artículo, una persona normal sólo puede realizar -- aproximadamente 10 elevaciones de la pierna sin cansarse.
5. Desplazando los brazos hacia delante y las piernas hacia arriba, el usuario ejercita la totalidad de la parte superior del cuerpo incluyendo su cuerpo inferior y la sección central todo al mismo tiempo. Igualmente, debido a las muchas repeticiones realizadas de un modo continuo y rítmico, se estimula el corazón y los pulmones, permitiendo reforzar el corazón, los pulmones y todo el sistema respiratorio. -
10. Adicionalmente, se da masaje a los órganos internos y se los estimula. Se refuerza los músculos abdominales, ayudando a prevenir la rotura y debilitamiento del abdomen y también para suprimir la indigestión y facilitar la eliminación de los gases. Dado que la persona que utiliza este artículo se encuentra echada sobre el suelo, se produce menos tensión sobre el corazón que en la marcha lenta y otros movimientos que se realizan de pie. Debido al sencillo movimiento de los brazos y las piernas, no pueden producirse tensiones o roturas de ligamentos. Ejercitando la totalidad del cuerpo de una vez y poniendo en juego al mismo tiempo la totalidad del sistema respiratorio, los ejercicios que es posible realizar con el dispositivo constituyen unas de las formas posibles más naturales y saludables. La consecución y la realización de todos estos resultados constituye los objetos
- 15.
- 20.
- 25.
- 30.



de la invención.

Otros objetos adicionales de la invención residen en la realización de un artículo para hacer gimnasia que sea sencillo, de poco peso, económico, y que sea capaz de ser usado en cualquier sitio. De este modo se consigue el objetivo de no dejar de desarrollar las sesiones de gimnasia cuando se está en viaje, cuando se dispone de poco tiempo, y gracias a la disponibilidad del dispositivo según la invención.

5.

10.

Otros objetos y ventajas adicionales de la invención resultarán evidentes mediante la descripción detallada que sigue y los dibujos anexos, en los que:

La figura 1 es una vista en perspectiva de una forma preferida de realización de la invención;

15.

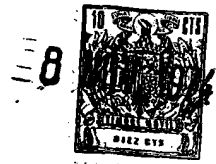
Las figuras 2, 3, 4, 5 y 6 son vistas ilustrativas que muestran los movimientos de gimnasia básicos, preferidos ejecutados en la utilización del dispositivo.

20.

En la figura 1, la invención comprende una placa plana de forma triangular 10 que puede ser fabricada en plástico con agujeros 12, 14 y 16 en sus vértices o ángulos. La referencia 20 designa una porción de cuerda o cordel que puede ser preferentemente de nylon. La referencia 22 designa un tapón de plástico de forma cilíndrica que tiene tres agujeros axiales. La cuerda 20 es pasada a través del agujero 12 de la placa 10 y a través de uno de los agujeros axiales del tapón 22. Se forma un bucle 26 siendo pasado nuevamente el extremo de la cuerda a través de otro de los agujeros axiales del tapón 22 para formar un bucle 28 siendo introducido entonces el extremo de la cuerda a través del tercer agujero axial con formación de un nudo -

25.

30.



30 en su extremo. El bucle 26 puede ser enganchado sobre un botón de cerradura de la puerta 32, como se ha representado, que se indica como un ejemplo del modo de unir o atar la placa 10.

5. Las referencias 40 y 42 designan poleas típicas montadas en horquillas que tienen ganchos de unión 44 y 46 que son fijados en los agujeros 14 y 16 de la placa 10.

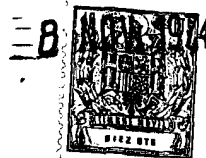
10. La referencia 50 designa una porción de cuerda de nylon que pasa sobre una polea 40 y que tiene en un extremo un bucle 52 preferentemente enfundado en tubo de plástico 54 para formar un asidero. En el otro extremo de la cuerda 50 se han formado dos bucles 56 y 58, formando el extremo de la cuerda 50 el bucle 56. Su extremo está fijado con una parte intermedia de la cuerda por medio de una cinta o elemento de mantenimiento 60. El bucle 58 está formado por una porción de la cuerda que tiene sus extremos fijados de un modo conveniente con la cuerda 50 por elementos de fijación o cintas 62 y 64. Los bucles 56 y 58 forman un estribo apropiado para ser mantenido por el pie de una persona, como se ha ilustrado en las figuras 2 a 6.

15.  
20.  
25.  
30.

La otra cuerda 50' es como la cuerda 50, y pasa sobre la polea 42. Tiene un asidero 52' similar en un extremo y un estribo formado por los bucles 56' y 58' en el otro extremo.

25. Las figuras 2 a 6 ilustran usos básicos o movimientos gimnásticos preferidos a realizar usando este dispositivo de hacer gimnasia. Estos movimientos básicos peculiares son calculados para lograr la consecución y la realización de los objetos expuestos en la presente descripción.

30. Preferentemente, el usuario se halla echado sobre



el suelo como se ha ilustrado en la figura 2, cogiendo los asideros con sus manos y con los estribos del otro extremo de la cuerda fijados en sus pies, según se ha representado.

5. La figura 3 ilustra los movimientos básicos en que se mueven los brazos de una persona hacia delante mientras se halla echada sobre su espalda y con las piernas levantadas. Según puede verse, la tensión de las cuerdas se produce entre la mano izquierda y el pie izquierdo y entre la mano derecha y el pie derecho.

10. Ello permite a la persona efectuar muchas elevaciones de las piernas como se ha descrito en lo que precede sin cansarse, haciendo así posible la consecución de resultados que serían de otro modo inalcanzables. Evidentemente, este movimiento tal como ha sido ilustrado está sujeto a variaciones según doble la persona los codos en diversos grados, es decir, en varios ángulos. De un modo similar, las rodillas pueden ser dobladas en varios ángulos. El ejercicio consistente en doblar las rodillas, mientras se eleva las dos piernas juntas, ha sido ilustrado en la figura 5.

15.  
20.  
25.

La figura 4 ilustra otra forma básica de ejercicio, en la que es accionado independientemente el respectivo brazo y pierna de cada lado del cuerpo. El brazo izquierdo ha sido girado hacia delante a la vez que se emprende la elevación de la pierna con la pierna izquierda mientras que la otra pierna es estirada sobre el suelo como se ha representado. Aquí también, es posible introducir muchas variaciones en el ejercicio básico.

30. Según se ha mencionado en lo que precede, la figura 5 ilustra una variación del ejercicio básico en la que se ejecuta elevaciones de las piernas con ambas piernas al



mismo tiempo pero las rodillas son dobladas simultáneamente como se ha representado,

La figura 6 ilustra una variación análoga a la de la figura 4 en la que se ejecuta los movimientos por separado con el brazo izquierdo y la pierna del mismo lado así - como el brazo y la pierna del lado derecho, siendo dobladas las rodillas nuevamente como se ha ilustrado en la figura 5. Del mismo modo es posible introducir variaciones en este - grupo de ejercicios básicos.

10. Mediante la descripción que precede, los expertos en la materia podrán comprender y apreciar rápidamente la naturaleza del dispositivo para hacer gimnasia, su utilización y el modo específico en que el mismo logra y alcanza todos los objetivos expuestos en lo que precede.

15. La presente descripción es representativa de una forma preferida de la invención, y ha de ser interpretada en un sentido más bien ilustrativo que limitativo, quedando definida la invención por las reivindicaciones que se acompañan.

NOTA

20. El Modelo de Utilidad, que se solicita por veinte años, para España, de acuerdo con la vigente Legislación, deberá recaer sobre: "UN APARATO PARA REALIZAR EJERCICIOS", según las características esenciales de las siguientes:

REIVINDICACIONES

25. 1ª.- Un aparato para realizar ejercicios que comprende: un primer elemento de cuerda flexible, que tiene un solo lazo en un extremo, adaptado para su acoplamiento a la mano de una persona y dos lazos en el otro extremo, adaptados para su acoplamiento con el tobillo y el empeine de --  
30.



- dicha persona y un segundo elemento de cuerda flexible que tiene un solo lazo en un extremo para su acoplamiento a la otra mano de la persona y dos lazos en el otro extremo, adaptados para su acoplamiento al otro tobillo y al otro empeine de la persona; comprende también unos elementos de polea que proporcionan un soporte para ambos elementos de cuerda que pasan por encima, con lo que los elementos de cuerda pueden ser tensados por medio del movimiento de las manos y de los pies respectivos de la persona, cuando, ajustando sus lazos asociados, dichas poleas se adaptan para unirlos a un soporte fijo; los dos lazos, para cada pie, están orientados de forma que el lazo del empeine tense su cuerda, cuando, las piernas del usuario se extienden horizontalmente y el lazo del tobillo tense los elementos de cuerda, cuando las piernas del usuario estén en posición vertical.

15. 2ª.- Un aparato para realizar ejercicios, según la reivindicación 1ª, que incluye un elemento que tiene dichos elementos de polea sujetos al mismo y unos medios para asegurar dicho elemento a un soporte fijo.

20. 3ª.- Un aparato para realizar ejercicios, según la reivindicación 2ª, en que dicho elemento tiene la forma de una placa plana que tiene agujeros en ella; estas poleas incluyen unos ganchos introducidos en dichos agujeros y dicho medio de fijación incluye una cuerda sujeta a dicha placa plana en otro agujero existente en la mencionada placa plana.

25. 4ª.- "UN APARATO PARA REALIZAR EJERCICIOS".

Según queda sustancialmente descrito en la presen

.../...

207-41



te memoria que consta de nueve hojas, escritas a máquina -  
por una sola cara y acompañada de dibujos.

Madrid, 8 NOV. 1974

INTERNAX HOLDINGS LIMITED

P.P.

FRANCISCO GARCIA CABRERIZO  
P.P.

Firmado: M.ª Dolores Jorquera

Vertical column of small, illegible characters on the left margin.

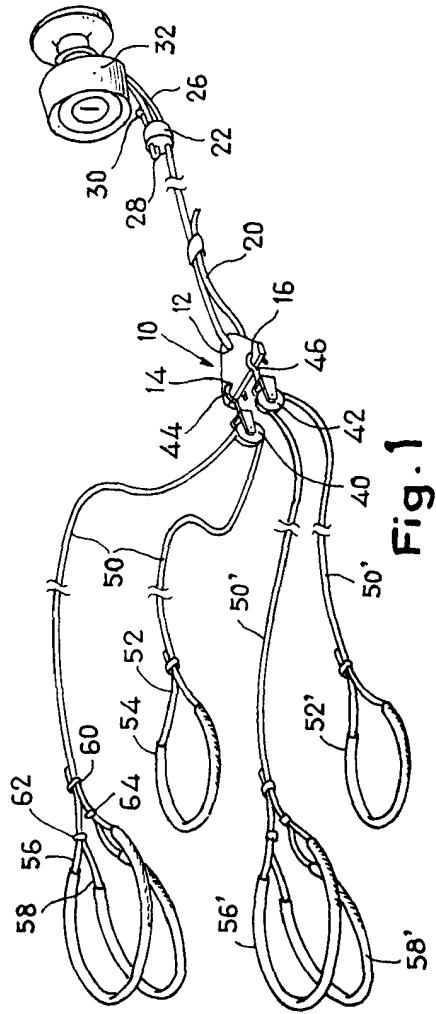


Fig. 1

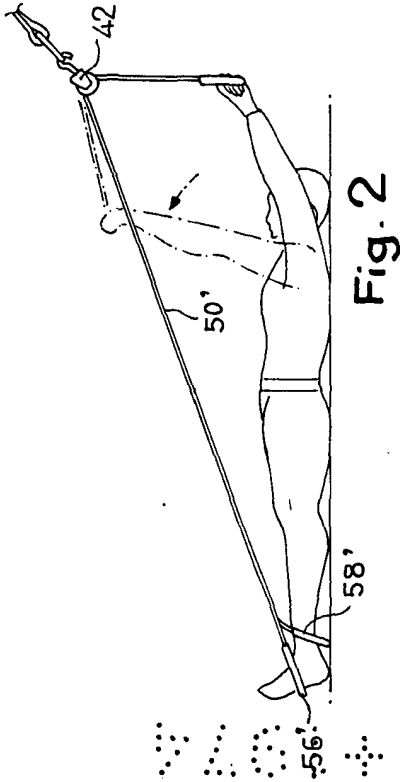


Fig. 2

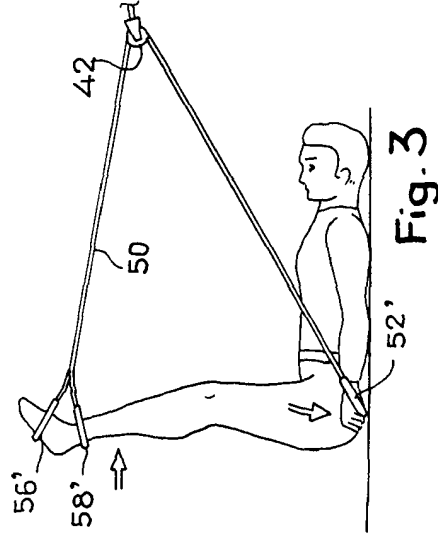


Fig. 3

Escala variable

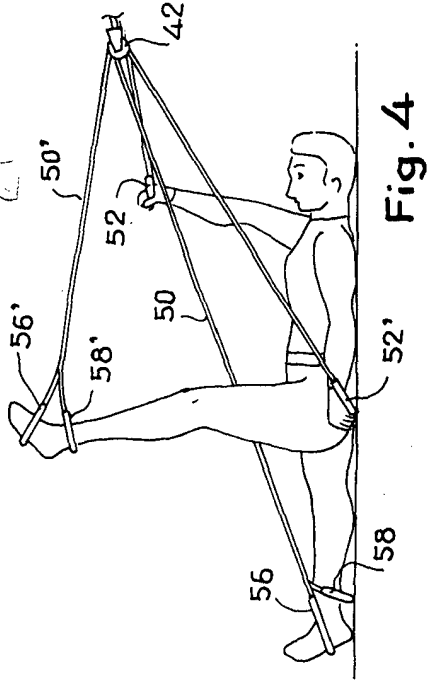


Fig. 4

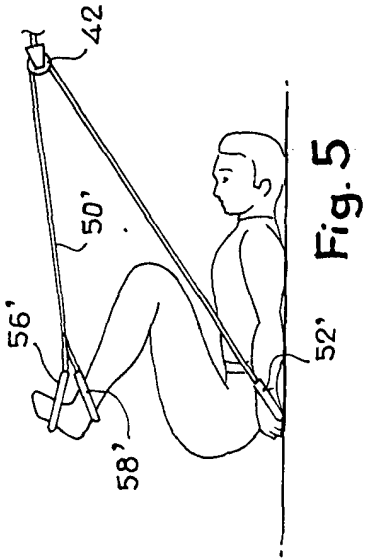


Fig. 5

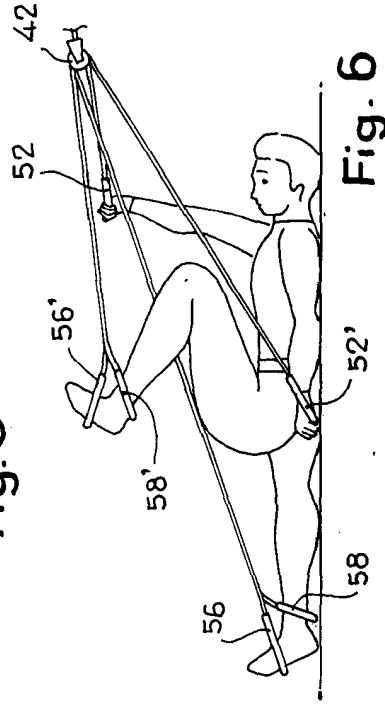


Fig. 6

Madrid, 8 NOV. 1974  
 P. P. FRANCISCO GARCIA CABRENZO  
 P. P.

Firmado: M.ª Colares Jorquera

