

**Descriere:**

Invenția se referă la dispozitive de antrenament special destinate pentru întărirea unor anumite părți ale corpului și la dispozitive pentru masaj, în special la cercuri de masaj.

Este cunoscut cercul de masaj compus dintr-un inel cu elemente de masaj executate în formă de arc cilindric, în interiorul căruia poate fi stabilit un element elastic adăugător - un inel [1].

Este cunoscut, de asemenea, cercul de masaj în formă de inel metalic rigid, pe care sunt amplasate elemente de masaj în formă de bușe glisante cu elemente arcuite elastice, fixate în jurul lor înclinat, care au proeminențe pentru masaj și opritori [2].

Neajunsul acestor cercuri este acela că ele nu pot fi folosite în calitate de dispozitiv de antrenament, deoarece forma impusă elementelor de masaj nu dă posibilitate de a acționa asupra părții exersate a corpului activ și dur astfel încât să asigure un efect de antrenament.

Dispozitivul, conform invenției, înlătură neajunsul sus-numit.

Pentru aceasta cercul de antrenament și masaj este compus dintr-un inel dotat cu elemente de masaj executate în formă de bile, ele având aceeași mărime și fiind amplasate imobil pe un inel, distanța dintre ele fiind egală cu diametrul bilei.

Avantajul acestei forme de executare și amplasare a elementelor de masaj constă în următoarele:

- pe partea interioară a cercului se formează un profil specific care împreună cu greutatea dispozitivului asigură o acțiune activă, dură, permanentă și orientată asupra părții exersate a corpului, ceea ce conduce la realizarea efectului de antrenament.

Sarcina invenției constă în următoarele:

- sporirea eficacității antrenamentului orientat spre formarea și întărirea mușchilor din regiunea taliei, fesieri și coapselor și reducerea stratului excesiv de grăsime în aceste regiuni;

- efectuarea unui masaj activ.

Sporirea eficacității antrenamentului și masajul activ sunt într-o legătură cauzal-consecutivă cu acțiunea produsă datorită particularităților constructive ale dispozitivului în timpul folosirii lui.

Invenția este explicată prin desen, în care este reprezentat:

- fig. 1, vederea generală a dispozitivului;

- fig.2, vederea laterală.

Cercul este compus dintr-un inel 1, diametrul interior și grosimea căruia corespund dimensiunilor cercurilor de gimnastică, fabricate conform condițiilor tehnice 62-4674-80, și bile 2 amplasate imobil pe inel bilele având aceeași mărime și fiind îndepărtate una de alta la o distanță egală cu diametrul bilei constituind 38-42 mm.

O dimensiune mai mică a bilelor și o distanță mai mică între ele reduce eficacitatea dispozitivului, iar mărirea valorilor parametrilor în cauză produce o senzație neplăcută, incomodități în timpul folosirii cercului.

Cercul de antrenament și masaj poate fi fabricat ca un obiect întreg prin turnare dintr-un material elastic, de exemplu din masă plastică. Cercul de antrenament și masaj se folosește în modul următor: în timpul rotirii cercului cu ajutorul eforturilor mușchilor, în jurul părții exersate a corpului se produce o acțiune activă, dură, permanentă și orientată.