

# DAS GÜTESIEGEL DER AKTION GESUNDER RÜCKEN E. V.

Entscheidungshilfe beim Kauf rückengerechter Produkte - wichtige Hilfestellung zur  
Vorbeugung und Vermeidung von Rückenproblemen [www.ruecken-produkte.de](http://www.ruecken-produkte.de)



# HAIDER BIOSWING: SMARTE LÖSUNGEN FÜR AKTIVES SITZEN. ERGONOMIE UND GESUNDHEIT STEHEN DABEI IM MITTELPUNKT.

Die Gesundheit der Mitarbeitenden spielt aus vielen Perspektiven betrachtet eine tragende Rolle. Bewegungsmangel und falsches Sitzen sind Gift für den Körper. Die BIOSWING-Technologie stellt eine wissenschaftlich fundierte Lösung dar, Menschen auch beim Sitzen – z.B. im Büro – gezielt zu stimulieren, um damit weitreichende gesundheitsfördernde Prozesse im Körper auszulösen.

Studien von mehreren Universitäten und dem Fraunhofer-Institut IAO in Stuttgart haben gezeigt, dass sowohl Leistungsbereitschaft als auch Gesundheit der Mitarbeitenden eng mit der Büroraumgestaltung zusammenhängen. Ein wesentlicher Punkt hierbei ist der richtige aktivierende Bürostuhl.

Bis zu 80.000 Stunden verbringen Menschen im Büro meist sitzend in zum Teil alten und wenig ergonomischen Bürostühlen. Vor dem Hintergrund, dass jeder Mensch für Bewegung geschaffen ist, eine traurige Tatsache. Dabei kann ein guter Arbeitsstuhl eine wertvolle zusätzliche Bewegungsquelle sein.



## Für Menschen, denen ihre Gesundheit – oder die ihrer Mitarbeitenden – am Herzen liegt.

Die Belegschaft ist das wichtigste Kapital eines Unternehmens. Deshalb liegt es auf der Hand, deren Wohlbefinden mit in die Büroplanung einzubeziehen. Immer mehr Firmen haben ein betriebliches Gesundheitsmanagement, in dem die unterschiedlichsten Konzepte ein Ziel verfolgen: gesündere und zufriedenere Mitarbeitende.

Bewegungslosigkeit ist einer der Faktoren, die man sehr häufig in Büros vorfindet – und das ist wie „Gift“ für die

Muskulatur. Und je mehr Stützen oder Lehnen man anbietet, umso schwächer wird sie.

## Rückentraining während des Sitzens?

Deshalb ist es wichtig, Bewegung auch bereits beim Sitzen zu fördern. Die BIOSWING-Technologie bietet hier eine geniale Lösung: das im Stuhl integrierte Schwingwerk verrichtet automatisch und ganz nebenbei im Hintergrund die Arbeit. Denn es entkoppelt die Sitzfläche vom starren Boden und reflektiert somit alle Bewegungsimpulse, die während der Arbeit entstehen und hält den Sitzenden den ganzen Tag in aktivierender und mikrofeiner Bewegung.

Rückentraining also schon beim Sitzen. Ohne, dass man daran denken muss.

Davon profitieren insbesondere die rund 150 kleinen, segmentalen Muskeln entlang der Wirbelsäule (oft auch als Tiefenmuskulatur bezeichnet), da kleine Bewegungsamplituden primär von kleinen Muskelgruppen beant-

wortet werden, welche dadurch kontinuierlich stimuliert und gleichzeitig gekräftigt werden.

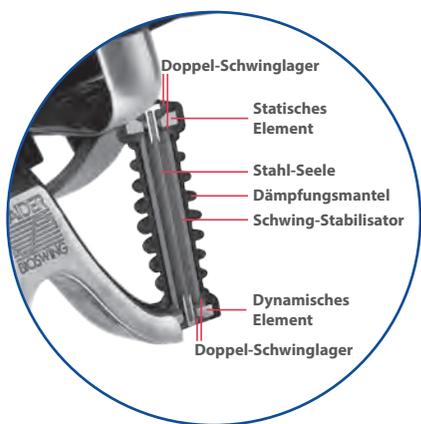


Dieses automatische Training hat den wichtigen Effekt, dass die Wirbelsäule zusätzliche Stabilisierungsimpulse erhält, eine aufrechte Haltung gefördert und der Mensch damit deutlich weniger anfällig für Rückenbeschwerden wird.

Je individueller ein Bürostuhl an die persönlichen körperlichen Gegebenheiten angepasst werden kann, desto besser für die Gesundheit und Funktionalität am Arbeitsplatz. BIOSWING-Stühle haben deshalb eine Vielzahl von Anpassungs- und Verstellmöglichkeiten, die den Stuhl quasi zum Maßanzug auf Rollen machen.

## BIOSWING – eine intelligente und adaptive 3D-Bewegungstechnologie

Die Erfindung des BIOSWING-Schwingelements hat sowohl das Sitzen im Büro als auch das sensomotorische Training und die Therapiewelt revolutioniert. Wo bisher starre Verbindungen zwischen Gerät oder Stuhl und Boden waren, kommt nun ein patentiertes, pendelartiges Element mit genau definierter Dämpfung zum Einsatz, welches in der Lage ist, taktgebende Körper-Rhythmen zu reflektieren: kontinuierlich und sehr wirkungsvoll.



Ein genialer Weg, der Ergonomie, Bewegung und Rhythmus perfekt in Einklang – und den Menschen dabei ausgeklügelt in seine Mitte bringt.

Im Gegensatz zum Ballprinzip (Kipp-Prinzip), findet man bei der BIOSWING-Technologie ein nach dem Pendelprinzip konstruiertes Sitzwerk.



Pendelprinzip



Ballprinzip, kippt

Ein Pendel zeichnet sich prinzipbedingt durch harmonische und körperzentrierende Schwingungen aus. Nutzer von ballähnlichen oder kippenden Bewegungslösungen im Stuhl müssen den Körper jedoch ständig aktiv gegen die Schwerkraft stabilisieren. Das ist zu therapeutischen Zwecken und für kurze Sitzungen durchaus sinnvoll und hilfreich. Auf Dauer allerdings wirkt eine Bewegungslösung mit einem Ball- oder Kipp-Prinzip ermüdend und birgt

außerdem die Gefahr von chronischen Beckenschiefständen.

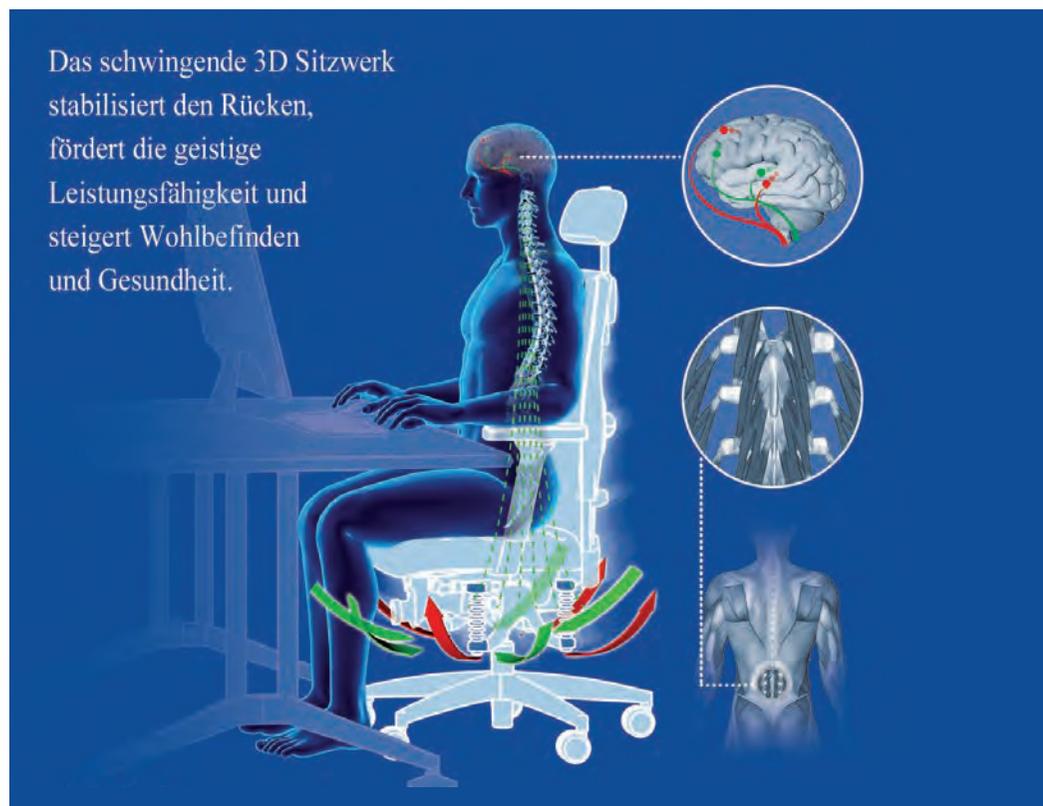
### Ergonomie beginnt im Kopf

BIOSWING-Sitzsysteme stimulieren die Nerven-Netzwerke im Gehirn automatisch während des Sitzens. Denn durch das im Stuhl integrierte Sitzwerk werden die kleinen, sehr feinen Bewegungen des Nutzers kontinuierlich reflektiert. Diese regelmäßigen Impulse werden als Input über ein extrem komplexes Datennetzwerk mit rund 5,8 Millionen Kilometern (!) Gesamtlänge geleitet und in den Arealen des Bewegungszentrums ausgewertet. Dank der multiplen Vernetzung des Gehirns mit bis zu 200.000 synaptischen Verbindungen pro Nervenzelle bietet es damit ein nahezu unvorstellbares Potenzial für zusätzliche Leistungsfähigkeit und Produktivität.

Die BIOSWING-Technologie eröffnet also Kennern und Gesundheitsbewussten, die offen für neue Impulse sind, faszinierende Möglichkeiten – und ist damit die vielleicht intelligenteste Art, überlegene Sitzkultur zum Ausdruck zu bringen.

Denn unser Körper ist ein wahres Wunderwerk. Alle Funktionen sind perfekt aufeinander abgestimmt und sie gehorchen den Gesetzen der Natur. Ein wahrhaft faszinierendes Zusammenspiel von Muskeln, Sehnen, Sinnesorganen, Blut- und Nervenbahnen, welche unablässig und im eigenen Rhythmus pulsieren und für ein Leben (gr.: bios) voller Schwung (engl.: swing) geschaffen sind.

BIOSWING nutzt und fördert diese natürlichen Funktionen in einzigartiger Weise.



BIOSWING – improve your life

SMARTE LÖSUNGEN FÜR GESUNDES SITZEN

[www.bioswing.de](http://www.bioswing.de)

HAIDER BIOSWING GmbH · Dechantseeser Str. 4 · 95704 Pullenreuth  
Telefon: +49 (0) 9234 / 9922-0 · E-Mail: [info@bioswing.de](mailto:info@bioswing.de)

# DAS AGR- GÜTESIEGEL

## DARAUF IST VERLASS

Der unabhängige Verein Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. wurde 1995 auf Initiative des angesehenen Hamburger Arztes Dr. Günther Neumeyer gegründet. Er identifizierte rückengerechte Produkte als wichtigen Baustein bei der Vorbeugung und Behandlung von Rückenschmerzen. Heute sind Rückenschmerzen die Volkskrankheit Nummer 1.

Betroffene tun daher gut daran, ihr persönliches Umfeld, vom Arbeitsplatz über das persönliche Wohnumfeld, bis in den Freizeitbereich „rückengerechter“ zu gestalten. Doch wie erkennt man rückengerechte Produkte die einem wirklich helfen?

Wertvolle Unterstützung bietet das AGR-Gütesiegel, denn es kennzeichnet Produkte und Gebrauchsgegenstände, deren ergonomische Qualität von mehreren medizinischen Fachrichtungen überprüft wurde. In einem anspruchsvollen Prüfverfahren, werden Produkte durch ein unabhängiges Expertengremium, auf Herz und Nieren geprüft. Die Experten werden von den größten deutschen Rückenschulverbänden, Bundesverband deutscher Rückenschulen (BdR) e. V. und Forum Gesunder Rücken – besser leben e. V., gestellt. Nur Produkte, die dieses Prüfverfahren bestehen, erhalten das AGR-Gütesiegel von Ärzten und Therapeuten „Geprüft & empfohlen“.

Des Weiteren wurde das Siegel von ÖKO-TEST und „Label online“ – einem Portal des Bundesverbandes „Die Verbraucherinitiative e. V.“ – mit der Bestnote, als besonders vertrauenswürdig ausgezeichnet. Das AGR-Gütesiegel bietet somit eine verlässliche Unterstützung und ist eine wertvolle Entscheidungshilfe. Somit können Sie sicher sein – auf das AGR-Gütesiegel ist Verlass.

Suchen Sie Hilfe bei Rückenschmerzen, dann achten Sie auf das AGR-Gütesiegel!

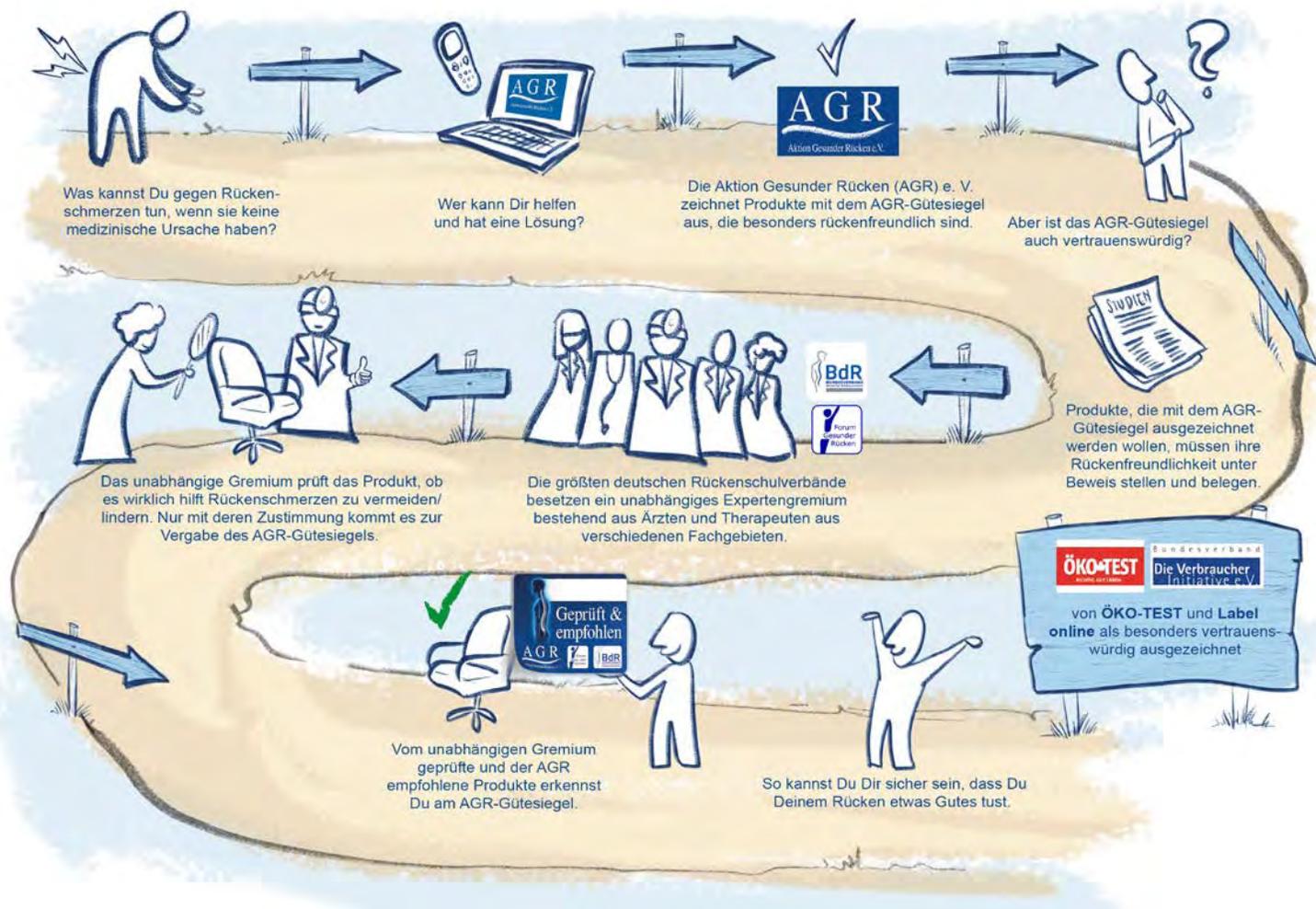
Tipps rund um den Rücken  
unter [www.agr-ev.de](http://www.agr-ev.de)



# SO WIRD DAS AGR-GÜTESIEGEL VERGEBEN

Rückengerecht konstruierte und gestaltete Gebrauchsgegenstände sind sowohl bei der Vorbeugung von Rückenschmerzen als auch bei der Therapie von Erkrankungen des Bewegungsapparates wesentliche und wichtige Hilfsmittel. Die Entscheidung für das richtige Produkt fällt jedoch nicht immer leicht. Das Gütesiegel, das die AGR gemeinsam mit den beiden größten deutschen Rückenschulverbänden entwickelt hat, dient deshalb

Verbrauchern beim Kauf von ergonomischen Alltagshilfen, wie beispielsweise Büromöbel, Autositze, Betten, Fahrräder, Polstermöbel, Schuhe, Schulranzen, Sportgeräte, Möbel für Kinder- und Jugendliche, Heimarbeitsplätze etc. als optimale Orientierungshilfe. Dem Gütesiegel können Sie vertrauen, denn die ausgezeichneten Produkte haben einen ausführlichen Vergabeprozess durchlaufen.





AGR  
Aktion Gesunder Rücken e.V.

## WIE MUSS EIN PRODUKT BESCHAFFEN SEIN

- 1 **DAS IHREN RÜCKEN UND IHREN BEWEGUNGSAPPARAT OPTIMAL UNTERSTÜTZT.**
- 2 **WELCHES SIE IN IHREM LEBEN ENTLASTET UND NICHT BELASTET?**

Unter [www.agr-ev.de/produkte](http://www.agr-ev.de/produkte) erfahren Sie, worauf es wirklich ankommt. In über 100 Themenfeldern Ihres Alltags entdecken Sie wertvolle Tipps, Informationen und ausgezeichnete Produkte rund um die Rückengesundheit.

Kontakt:

**Aktion Gesunder Rücken e. V.**

Stader Straße 6

27432 Bremervörde

Tel. +49 (0) 4761/9263580

[info@agr-ev.de](mailto:info@agr-ev.de)

[www.agr-ev.de](http://www.agr-ev.de)

Das AGR-Gütesiegel zeichnet ausschließlich Produkte aus, die ihre rückengerechte Konstruktion vor einer unabhängigen Prüfkommision mit Experten aus Medizin und Wissenschaft unter Beweis gestellt haben. Sie erhalten die Sicherheit: Dieses Produkt ist rückengerecht! Geprüft und empfohlen vom Bundesverband deutscher Rückenschulen e. V. und vom Forum Gesunder Rücken - besser leben e. V.



Geprüft und empfohlen vom  
Bundesverband deutscher Rückenschulen e. V.  
Forum Gesunder Rücken – besser leben e. V.