



Backapp vs. konventionelle Arbeitsstühle

Wissenschaftliche Studien Feldtests & Befragungen **Profitieren Sie von guter Ergonomie**
Bessere ökonomische Ergebnisse durch Ergonomie - Herausforderung bei sitzender Arbeit -
Backapp vs. konventionelle Arbeitsstühle

Es gibt Richtlinien für Bürostühle und welche Attribute sie haben sollten. Arbeitsschutzgesetze sagen "Es sollte möglich sein, den Sitz und Rücken unabhängig voneinander zu bewegen".

Dies ermöglicht eine Anpassung an die Bedürfnisse der Mitarbeiter unterschiedlicher Höhe und Körper-Typen.

Es sollte leicht sein, den Arbeitsstuhl einzustellen, während Sie auf ihm sitzen.

Es sollte möglich sein, den Stuhl in der eingestellten Positionen zu sperren." Die Möglichkeit, zu modifizieren und anzupassen, eine bequeme Sitzposition zu finden ist wichtig.

Komplexe Arbeitsstühle müssen oft an verschiedene Bedürfnisse angepasst werden. Allerdings ist es das Prinzip der normalen Arbeitsstühle, dass sie den Körper unterstützen. Die Person, die auf dem Stuhl sitzt, wird passiv bleiben und ihre Muskeln werden schwächer.



In vielerlei Hinsicht widerspricht der Backapp Stuhl

herkömmlichen Meinungen darüber, wie ergonomische Arbeitsstühle sollte

funktionieren. *Statt mit komplexen Modifikation Funktionen haben wir einen Stuhl, der Ihrem Körper die Bewegungen folgt. Dies führt zu einer aktiven Sitzhaltung, und, im Gegensatz zu herkömmlichen Arbeitsstühlen, Backapp "fordert" Sie, richtig zu sitzen - nicht umgekehrt!*

Das Sitzen auf dem Backapp trainiert und stärkt die stützenden Muskeln des Rückens. Ihr Körper wird stärker und funktioniert so, wie er sollte.

Sie müssen sich an das Sitzen auf dem Backapp gewöhnen. Es ist ein Trainingsgerät. Zu Beginn können Sie eine Müdigkeit erleben und man könnte die Notwendigkeit, einmal eine Weile auszuruhen zu fühlen. Daher empfehlen wir, dass Sie Ihre alten Arbeitsstuhl behalten, bis sich Ihr Körper hat der Backapp gewöhnt hat. **Es gibt jedoch keinen Grund zur Sorge:** Unsere Kundenbefragung zeigen, dass es völlig unproblematisch ist, den ganzen Tag auf einem Backapp zu sitzen, wenn Sie an das aktive Sitzen auf dem Backapp gewöhnt sind.

Möglicherweise müssen Sie Ihren Schreibtisch anpassen

Auf einem Backapp Sie sitzen höher als auf normalen Arbeitsstühle. Dies rührt daher, weil Sie Ihre Füße auf dem Fußring platziert haben und der Winkel zwischen Oberkörper und Oberschenkel ist mehr als 90 Grad beträgt. Wenn Ihr Schreibtisch ist zu niedrig ist, werden Sie sich verbiegen, um dies zu kompensieren. Ihre Sitzposition ist dann falsch. Daher müssen Sie möglicherweise Ihren Schreibtisch erhöhen. Dies kann leicht mit höhenverstellbaren Schreibtischen oder auch mit einfachen Blöcken aus Holz erfolgen. Elektrische höhenverstellbare Schreibtische sind sehr ergonomisch und werden immer erschwinglicher.

Denken Sie daran, Sie müssen nicht Ihren gesamten Schreibtisch einstellen, sondern nur den kritischen Bereich wo Sie sitzen und arbeiten.