

HUMAN TOOL®

- tasapainoistuin



liikettä...

Selkäsi tarvitsee liikettä



Saat työtuoliisi satulatuolin edut sekä tehokkaan liikkeen



Istuimen toiminta :

- Tasapainoistuin opettaa sinut hyvään ja ryhdikkääseen pystyasentoon
- Pallomainen rakenne antaa istuimelle liikkeit
- Keinuvat liikeradat sekä tasapainoilu houkuttelevat sinut terveelliseen liikuntaan työn lomassa
- Saat perinteiseen työtuoliisi myös kaikki satulatuolin edut ja vielä terveyttä ylläpitävän liikkeen
- Tasapainoilu istuimella synnyttää erittäin monipuolisia liikesarjoja kaikkiin suuntiin ja eri lihasryhmiin
- Voit parantaa ja ylläpitää fyysistä kuntoasi ja hyvinvointiasi istuessasi työpöytäsi ääressä



Iloa ja hyötyä työntekoon



Terveysvaikutukset :

- Keskivartalon lihakset vahvistuvat
- Aineenvaihdunta ja verenkierto paranevat
- Selkävaivat helpottuvat
- Vartalo kiinteytyy ja hoikistuu
- Voit paremmin ja näytät paremmalta

Tiesitkö ?



- Istuma-asennon aiheuttamasta liikkeen puutteesta johtuvat selkävaivat ovat toiseksi yleisin syy töistäpoissaoloihin
- EU tukee lainsäädännöllään ja standardisoinnillaan*) yrityksiä hankkimaan ergonomiaa parantavia apuvälineitä työntekijöilleen *) ISO 9241-5:1998
- **Pyydä työnantajaasi hankkimaan itsellesi terveyttä ja hyvinvointia ylläpitävä HUMAN TOOL-tasapainoistuin.**

Selkäsi tarvitsee liikettä ...



Asiantuntijoiden lausunto :

Asahi Health -terveysliikunnassa kiinnitetään erityistä huomiota selkävaivojen ennaltaehkäisyyn ja hoitoon. Selkävaivat ovat yleisimpiä terveysongelmistamme.



Jokaisessa Asahi-liikkeessä selkä on pienessä pump-paavassa liikkeessä, mikä elvyttää selän rakenteiden verenkiertoa. Monet meistä istuvat tuolilla koko työpäivän ajan. Staattisessa istuma-asennossa selkä ei saa tarvitsemaansa liikettä.

Nyt tähän ongelmaan on keksitty nerokas ratkaisu:

HUMAN TOOL -tasapainoistuin. Se on kuin satulatuoli, jonka pallomainen rakenne antaa selälle tärkeän liikkeen ja harjoittaa keskivartalon lihaksiamme. Ja mikä parasta: meidän ei tarvitse tehdä mitään muuta, kuin istua. Istuin on suunniteltu siten, että selkämme saa kaipaamansa harjoituksen itsestään.



Tasapainoistuin asettaa selkämme automaattisesti hyvään pystyasentoon ja opettaa myös alaselän neutraaliasennon, mikä on erityisen tärkeä selkävaivoista kärsiville. Tasapainoistuimella istuminen vastaa selkäharjoituksena hyvin Asahi-terveysliikunnan selkäosiota, joka on erityisesti suunniteltu elvyttämään selän rakenteiden veren- ja imunesteidenkiertoa. Tasapainoistuimen avulla voimme harjoittaa selkäämme aina kun istumme.

Asahi Health terveysliikunnan kehittäjät suosittelevat ilolla tätä uutta keksintöä !

Tutkija Timo Klemola, Lääkäri Yrjö Mähönen,
Liikuntakouluttaja Ilpo Jalamo ja Valmentaja Keijo Mikkonen

| | | | |
|-------|-------|----------------------|--------------|
| Tuote | 2300S | tasapainoistuin väri | Sininen |
| | 2300P | tasapainoistuin väri | Punainen |
| | 2300H | tasapainoistuin väri | Harmaa/musta |

Myynti

Viabel Oy

www.viabel.fi jyrki.tyllinen@viabel.fi
Puh. 09-27 88 361 0400-704 706