

Sitter du også **13,7** timer hver dag?

NÅR DU SPISER, REISER, ER JOBBEN, SER PÅ TV, BESØKER VENNER

Hvordan bruke Back App

Back App er en heldagsstol. Når du ikke sitter på Back App, kan du stå!

Når du sitter på Back App, kommer du høyere fordi du sitter rett og fordi hoftevinkelen er åpen (125 grader). Det er viktig at pulten justeres slik at du har 90 grader i albueleddet.

Se video på vår WEB side:

<http://backapp.eu/no/bruke-back-app>



Den oppreiste sittestillingen gjør det enkelt å veksle mellom å sitte og stå. Ryggen får den samme naturlige holdningen som når du står; kombinert med bevegelse - trening

Back App virker optimalt sammen med et høyderegulerbart bord

INNOVATIV MILJØVENNLIG STERKERE OG NY DESIGN

Understell og benplate er laget i resirkulert aluminium (lages av 300 Cola bokser)
Kortreist - Nesten alle delene produseres i Anderstorp i Småland (Sverige)

Back App Wheels Nå har vi laget «Back App Wheels» som du kan sette under din stasjonære Back App stol, og vips så har du hjul på den.



NEW BACK APP

2.0



EXERCISE
NO MORE BACK PAIN
UNNGÅ SITTING DISEASE

backApp



PUBLISERTE VITENSKAPELIGE FORSØK VISER AT:

- Du trener – beveger deg hele tiden – Balansetrening
 - Ryggsmertene forsvinner
- Vitenskapelige studier av personer som har ryggsmertener mens de sitter, viser at smertene blir målbar mindre sammenlignet med å sitte på en vanlig kontorstol.
- Du får ikke Sitting Disease fordi du beveger deg hele tiden.
 - Når du ikke sitter på Back App, bør du stå!

BACK APP VIRKER FORDI:

- Du sitter riktig med en holdning i ryggen som når du står
 - Du beveger deg hele tiden
 - Back App gir balansetrening på en myk og kontrollert måte
- På samme måte som når du går i skogen, padler en kajakk eller rir på en hest
- Les om de vitenskapelige studiene her: <http://backapp.eu/no/dokumentert-effekt>



364 FYSIOTERAPEUTER OG
KIROPRAKTORER FRA HELE NORDEN
HAR TESTET BACK APP. AV DEM SIER
98,1% AT BACK APP ER
BRA FOR RYGGEN!

Back App er testet av 364 spesialister og har dokumenterte effekter



UNNGÅ SITTING DISEASE – ER DET MULIG?!

Sitting Disease oppstår fordi man sitter stille. De sterkeste symptomene er:

- Muskel-skjelettsykdommer-vondt i ryggen
- Fedme
- Diabetes
- Hjerter-karsykdommer
- For tidlig død

KONSTANT BEVEGELSE MED BACK APP

Da får du ikke Sitting Disease

- Back App er et treningsapparat - og en stol. Du trener mens du sitter. Når du ikke sitter, bør du stå!
- Med føttene på fotplaten holder du balansen. Hele deg beveger seg hele tiden!
- Utfordringen kan justeres: Vil du ha mer trening, er det bare å skru kula litt nedover!

Prøv Back App

Kontakt oss for å prøve Back App en uke. På WEB siden finnes et enkelt skjema som du fyller inn – så kommer det noen med en Back App stol til deg

