

## Sitzen Sie auch 13.7 Stunden pro Tag?

BEIM ESSEN, TELEFONIEREN, ARBEITEN, FERNSEHEN ODER  
WENN SIE IHRE FREUNDE BESUCHEN!

### Back App hilft Ihnen besser zu sitzen

Back App ist der einzige Stuhl, den Sie brauchen! Wenn Sie nicht auf dem Back App sitzen – sollten Sie stehen!

Auf dem Back App können Sie in einer höheren Position sitzen. Der Hüftwinkel öffnet sich auf ca. 125 Grad. Ihr Schreibtisch sollte nun auf diese Höhe eingestellt werden, so dass der Winkel des Ellenbogens ca. 90 Grad beträgt.

Schauen Sie sich dazu auch das Video auf unserer Webseite an:  
<http://backapp.eu/de/use-back-app>



Eine aufrechte Sitzhaltung macht die empfohlenen Positionswechsel zwischen Stehen und Sitzen deutlich einfacher. Ihr unterer Rücken kommt wieder zurück in eine normale, mit dem Stehen vergleichbare Position. Die einzigartigen, wechselnden Bewegungen trainiert Ihre Rückenmuskulatur während Sie sitzen – Balance-Training.

Zusammen mit einem höhenverstellbaren Schreibtisch ist der Back App eine perfekte Kombination.

## INNOVATIV UMWELTFREUNDLICH STÄRKER UND NEUES DESIGN

Das Gestell wird aus 100% recyceltem Aluminium hergestellt (300 Cola-Dosen)  
Die Mehrheit der Teile werden lokal in Anderstorp (Sweden) hergestellt

**Back App Wheels** Wir haben «Back App Wheels» konstruiert, die zu allen stationären Back App Modellen passen. So können Sie ganz einfach rollen haben.



NEUE BACK APP

# 2.0



ÜBUNGEN  
NIE WIEDER  
RÜCKENSCHMERZEN  
VERHINDERT „SITTING DISEASE“

backApp





**VERÖFFENTLICHTE, WISSENSCHAFTLICHE STUDIEN MIT DEM BACK APP ZEIGEN, DASS:**

- Sie trainieren mit kontinuierlichen Bewegungen - Balance-Training.
- Rückenschmerzen verschwinden! Eine wissenschaftliche Studie mit Rückenschmerz-Patienten (Vergleich Back App mit normalen Bürostühlen) belegt, dass Rückenschmerzen signifikant verringert werden, wenn man auf dem Back App sitzt.
- Man "Sitting Disease" also „Krankheit durch Sitzen“ verhindert, weil man sich die ganze Zeit bewegt! Wenn Sie nicht auf dem Back App sitzen – sollten Sie stehen!

**BACK APP WIRKT, WEIL:**

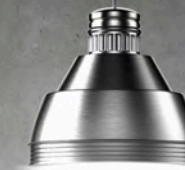
- Ihr unterer Rücken die gleiche Haltung einnimmt, als würden Sie stehen.
- Sie sich ständig bewegen
- Back App fördert Ihre Balance in sanfter und kontrollierter Weise. Sie trainieren in der gleichen Weise, als ob Sie einen Waldspaziergang machen, mit dem Kajak paddeln oder auf einem Pferd reiten.

Die wissenschaftlichen Studien finden Sie unter folgender Adresse:  
[backapp.eu/de/wirkung](http://backapp.eu/de/wirkung)



364 PHYSIOTHERAPEUTEN UND  
CHIROPRAKTIKER AUS DEN NORDISCHEN  
LÄNDERN HABEN DEN BACK APP GETESTET.  
**98,1% SAGEN, DAS BACK APP FÜR  
DEN RÜCKEN GUT IST!**

Back App wurde von 364 Spezialisten getestet und habe nachgewiesene Effekte



**„KRANK DURCH SITZEN“ VERHINDERN – IST DAS MÖGLICH?**

„Krank durch Sitzen“ entsteht durch langes stillsitzen. Die stärksten Symptome sind:

- Muskel-Skelett-Erkrankungen – Rückenschmerzen
- Fettleibigkeit
- Diabetes
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen

**STÄNDIGE BEWEGUNG MIT BACK APP**

- Back App ist ein Trainingsgerät - und ein Stuhl. Sie trainieren während Sie sitzen. Wenn Sie nicht auf dem Back App sitzen – sollten Sie stehen!
- Mit den Füßen auf der Fußring starten Sie das Balance-Training - dauernd in Bewegung!
- Die Herausforderung ist regelbar; wenn Sie mehr Training möchten - drehen Sie den Ball nach unten!

Back App testen

Kontakten Sie uns kostenlos für einen einwöchigen Back App Test. Füllen Sie das Kontaktformular unter <http://backapp.eu/de/> aus und wir liefern einen Back App Stuhl für Ihren persönlichen Test.

