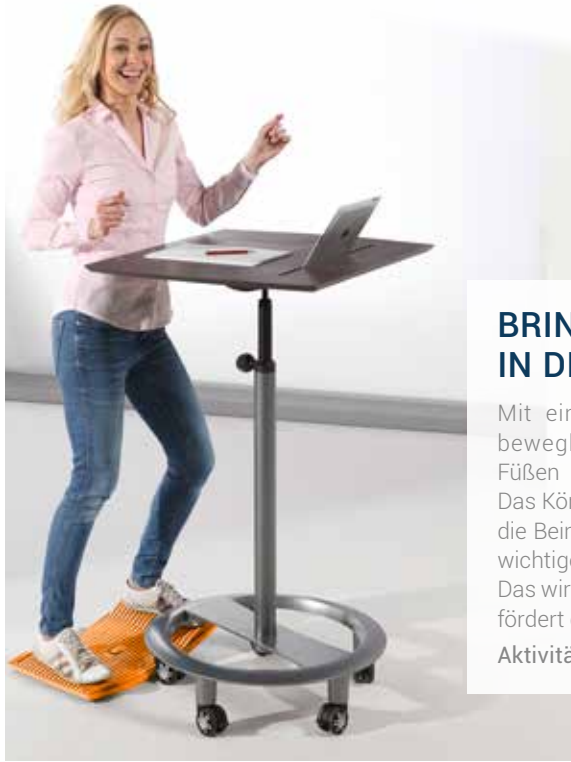
BÜRO | LEBEN
estab. 1987 .DE

Körperzentriert Arbeiten

KA - KÖRPERZENTRIERT ARBEITEN®: **FOKUSKATALOG 2022**

GYMBA - GEHEN IM STEHEN



BRINGT BEWEGUNG IN DEN ALLTAG

Mit einer unebenen, weichen oder beweglichen Oberfläche unter den Füßen wird der Alltag dynamischer. Das Körpergewicht wird abgefedert und die Bein- und Fußmuskulatur bekommt wichtige Impulse, sich zu bewegen. Das wirkt einer Ermüdung entgegen und fördert die Konzentration.

Aktivität ist, was dir gut tut!

1

2

3

GYMBA STÄRKT FUSSKRAFT, GELENKE UND DIE MUSKULATUR

Das Aktivboard für mehr Dynamik: Dank der Bauweise kann das Gymba zu beiden Seiten kippen und in sich verdreht werden. Dies ermöglicht Gehbewegungen, die Muskelketten von Kopf bis Fuß ansprechen. Die Bewegung tut dem Rücken gut, und dem starren Sitzen oder Stehen am Schreibtisch wird ein Ende gesetzt.

GYMBA AKTIVBOARD

- gewölbte Unterseite federt das Körpergewicht ab
- macht das Arbeiten im Stehen viel angenehmer
- Bauweise ermöglicht "Gehen im Stehen"
- nebenbei kann man weiterarbeiten
- Massagebälle können überall auf das Board gesteckt werden
- steter Bewegungsanreiz für Füße und Beine
- man bleibt über den Tag aktiv und konzentriert
- Körper wird besser durchblutet und mit Sauerstoff versorgt
- Fuß- und Beinmuskulatur wird aktiviert

Produktdetails:

- erhältlich in 6 Farben
- Gewicht: 1,5 kg
- Tragkraft: 300 kg
- Composit-Material (30% Holzfasern, 70% Polypropylen)
- Produktmaße: 46,5 x 30,5 x 5,5 cm
- inkl. Massagebälle in zwei Härtegraden

IO-REST TISCHLEHNE

IO-REST – DIE LEHNE FÜR DEN TISCH

- Entlastet Schultern und Nacken - sofort!
- Ablage für die Unterarme, dort wo man sie braucht
- großer Komfort bei der konzentrierten PC-Arbeit
- Nutzbar im Sitzen und auch am Stehtisch
- Einfache Montage mit Haltebügel, ohne Schrauben oder Klemmen
- Wahlweise mit Stoff- oder Kunstlederbezug

Produktdetails:

- Für Tischdicke 2,5 cm
- Mittelsteg 12 cm tief
- Produktmaße: 66,5 x 23 x 2,5 cm
- Gewicht: 1,9 kg
- Stoff- oder Kunstlederbezug in verschiedenen Farben

DIE LEHNE FÜR DEN TISCH BRINGT SOFORT ENTLASTUNG

Herkömmliche Armlehnen am Bürostuhl sind oftmals keine Hilfe, wenn man sich bei der konzentrierten PC-Arbeit nach vorne neigt. Die Stütze für die Unterarme funktioniert viel besser und entlastet Nacken, Schultern und Arme spürbar! Das beugt Verspannungen im oberen Rücken und Belastungsstörungen wie dem RSI-Syndrom vor.

GETUP DESK FREE

GETUP DESK FREE

- Verwandelt jeden Tisch in einen dynamischen Steh-Sitz-Arbeitsplatz
- Schlankes Design, ultraflach auf dem Tisch
- Große Arbeitsfläche für ausreichend Platz
- Stufenlos höhenverstellbar
- Integrierte Gasdruckfeder für eine Verstellung ohne Kraftaufwand
- Bringt mehr Bewegung an den Arbeitsplatz

Produktdetails:

- Rutschfeste Füße
- Stufenlos höhenverstellbar 3,2 - 40 cm
- Arbeitsfläche: 79,7 x 56 cm
- Tischplattenstärke: 8 mm
- Gewicht: 10.5 kg
- Tragkraft: 10 kg

POSITION WECHSELN UND MEHR BEWEGEN IM ALLTAG

68 Prozent der Büroangestellten wären gern aktiver im Alltag. Mit den richtigen Werkzeugen können wir dieses Ziel auch am Arbeitsplatz umsetzen! Es ist Zeit, umzudenken und den Alltag zu hinterfragen. Schon kleinere Veränderungen in den Abläufen machen einen Unterschied. Jetzt aktiv werden!

IO – TISCHPULTE: **IO-DOCC**

IO-DOCC TISCHPULT

- Hohe Kante für sicheren Halt, auch für schwere Ordner und Laptops
- Aufgeräumte Optik dank transparenter Oberfläche
- Höhen- und Winkelverstellung mit 2 Stellschrauben

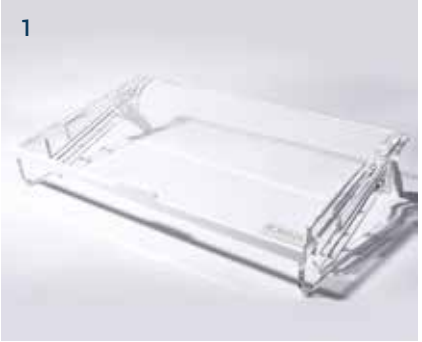
Produktdetails:

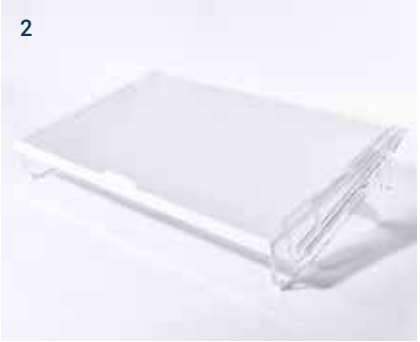
- Acrylglas clear
- 4-fach winkelverstellbar
- Maße : B 49,2 x T 31,1 x H 7,9 cm
- Für Tastaturen bis 45 cm Breite
- Gewicht: 1,6 kg

TISCHPULTE FÖRDERN DIE AUFRICHTUNG DER WIRBELSÄULE

IO Tischpulte ermöglichen eine Anordnung von Papierunterlagen in der Sichtachse zwischen Monitor und Tastatur. Diese Anordnung unterbindet ein stetig wiederkehrendes Rotieren des Kopfes zu einer Seite. Fehlhaltungen und einseitige Belastungen werden so vermieden und Gesundheitsprobleme im Nacken- und Schulterbereich reduziert.

IO – TISCHPULTE: **IO-FLEXX**





IO-FLEXX TISCHPULT

- Äußerst flexibel in der Handhabung
- Höhenverstellung in 5 Stufen mit nur einem Handgriff ohne Schrauben
- Modell Frost: mit blendfreier Oberfläche
- Modell Plus: extra breit für große Standardtastaturen
- Einfaches Verschieben des Tischpultes über die Tastatur
- Schaffung einer zweiten Ebene für mehr Ablagefläche

Produktdetails:

1 **IO-FLEXX** PLUS

- Arbeitsplatte Acryl clear
- 5-fach winkelverstellbar
- Maße: B 57 x T 30 x H 6,5 cm
- Für Tastaturen bis 48 cm Breite
- Gewicht: 1,7 kg

2 **IO-FLEXX** FROST

- Arbeitsplatte Acryl frosted
- 5-fach winkelverstellbar
- Maße: B 52 x T 30 x H 6,5 cm
- Für Tastaturen bis 44,5 cm Breite
- Gewicht: 1,6 kg

MEHR ÜBERSICHT UND BESSERE SELBSTORGANISATION

Das Problem ist bekannt: Papiere werden seitlich oder vor der Tastatur abgelegt. Wir drehen uns zum Dokument oder platzieren die Tastatur zu weit weg vom Körper. Mit IO Tischpulten gestalten wir den Arbeitplatz effektiv und transparent. Das beugt Fehlhaltungen vor und organisiert die Arbeit besser. Das ist KA - Körperzentriert Arbeiten®!

IO – TISCHPULTE: **IO-MAGG**

IO-MAGG TISCHPULT

- flexible Arbeitsplatte zum Ausziehen
- schnell wechseln zwischen Tippen und Schreiben
- niedrige Kante für angenehmes Schreiben per Hand
- blendfreies Arbeiten dank gefrosteter Oberfläche

Produktdetails:

- Acrylglas frosted
- 4-fach winkelverstellbar
- Maße: B 53,2 x T 38,5 x H 7,6 cm
- Für Tastaturen bis 48 cm Breite
- Gewicht: 2,8 kg

IN KLEINEN SCHRITTEN ZU MEHR GESUNDHEIT

62 Prozent der Büroangestellten leiden unter Rückenschmerzen, 80 Prozent davon insbesondere im Schulter-Nacken-Bereich. Schuld ist die stundenlange Arbeit am Bildschirm unter suboptimalen Bedingungen. Oft reichen schon ein paar kleinere Veränderungen von Verhalten, Umgebung oder Abläufen, um einen guten Arbeitsplatz zu gestalten. IO-Tischpulte helfen dabei!

BÜRO | LEBEN
estab. 1987 .DE

Körperzentriert Arbeiten

ENTDECKE DIE VERSCHIEDENEN SITZKONZEPTE UND WIE SIE AUF DEINEN KÖRPER WIRKEN. DAS IST **KA – KÖRPERZENTRIERT ARBEITEN®**

AERIS SWOPPER

VARIER MOVE

IO-STAND OFFICE

BIOSWING 460 iQ

BIOSWING BOOGIE

BIOSWING 360 iQ

HÅG CAPISCO

VARIER VARIABLE

HÅG FUTU

VARIER PEEL

VARIER INVITE

VARIER GRAVITY

Fokuskatalog Büroleben 8/2022 · © IOE Fachagentur // Volker Timm · 22605 Hamburg · www.ioe-fachagentur.eu