**Für mehr Bewegung am Arbeitsplatz – Aktiv-Bürostühle von Wilkhahn mit AGR-Gütesiegel ausgezeichnet**

**Wir tun es im Büro, im Auto, in der Bahn, am Esstisch und auf dem Sofa: Die Rede ist vom Sitzen. Dabei ist längst bekannt: Sitzen ist das neue Rauchen. Wer fast den ganzen Tag im Sitzen verbringt, riskiert gesundheitliche Probleme – allen voran Rückenschmerzen und Verspannungen. Um dies zu vermeiden, gibt es im Büro mittlerweile innovative Lösungsansätze, um den sitzenden Arbeitsplatz zu revolutionieren. Die Idee dahinter: Wenn schon sitzen, dann vorrangig bewegtes Sitzen – zum Beispiel mit den Aktiv-Bürostühlen IN, ON, und AT von Wilkhahn, die für ihr ergonomisches Sitzkonzept nun mit dem Gütesiegel der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. ausgezeichnet wurden.**

Der Schlüssel zu einem gesunden Rücken ist Bewegung, denn der ganze Körper des Menschen ist auf Bewegung ausgerichtet. Stundenlanges, starres Sitzen im Büro ist deswegen eine widernatürliche Haltung, die nicht nur dem Rücken massiv schaden kann. Kein Wunder also, dass mit steigender Anzahl der Büroarbeitsplätze auch die Anzahl der Rückenschmerzpatienten stetig zunimmt – eine Entwicklung, die schon vor rund 40 Jahren ihren Anfang nahm. Da sich das Sitzen im Büro jedoch kaum vermeiden lässt, begann die Firma Wilkhahn, aus dem niedersächsischen Bad Münder, bereits Mitte der 1970er Jahre nach Lösungen für diese Problematik zu forschen. Das Ergebnis war 1980 ein neuartiger Bürostuhl, der sich von allen bisher bekannten Bürostühlen unterschied und das dynamische Sitzen kultivierte. Bis heute entwickelt das Unternehmen seine rückengerechten Bürositzmöbel stetig weiter und hat damit nun auch die medizinischen Experten der AGR überzeugt.

**Bewegtes Sitzen – dem Rücken zuliebe**

Der Rücken profitiert enorm davon, wenn das Sitzen keine starre, unbewegte Angelegenheit ist, sondern der Bürostuhl möglichst vielfältige und zahlreiche Bewegungsimpulse setzt. Um mit dem AGR-Gütesiegel als besonders rückengerecht ausgezeichnet zu werden, sind für Aktiv-Bürostühle also ausgeklügelte Konzepte gefragt. Die wichtigste Voraussetzung: Der Rücken muss während des Sitzens stetig in Bewegung bleiben. Ein Beispiel für ein AGR-zertifiziertes dynamisches Sitzkonzept bieten die Bürostuhl-Modelle IN, ON und AT von Wilkhahn, die dank ihrer 3D-Trimension-Technologie fließende Bewegungen in alle Richtungen stimulieren. Kernelement sind dabei die unabhängig voneinander beweglichen, mit der Rückenlehne gekoppelten Sitzhälften, die bewirken, dass selbst kleinste Gewichtsverlagerungen auf den Bürostuhl übertragen und in Haltungswechsel übersetzt werden. So entstehen immer wieder neue Bewegungsanreize, die für ein ausbalanciertes, dynamisches Sitzverhalten sorgen. Individuelle Verstellmöglichkeiten gewährleisten, dass sich die Büromöbel auf verschiedene Nutzer anpassen lassen. Das positive Ergebnis des Expertengremiums deckt sich mit den Ergebnissen aus Wissenschaft und Forschung: In drei Studien der Deutschen Sporthochschule Köln wurde das Trimensions-Konzept von Wilkhahn als körperkonform, konzentrationsfördernd und rückenfreundlich bestätigt.
www.agr-ev.de/aktiv-buerostuehle

**Über die AGR**

Seit über 20 Jahren widmet sich die Aktion Gesunder Rücken der Prävention und Therapie der Volkskrankheit Rückenschmerzen. Wichtiger Teil der Arbeit ist die Vergabe des AGR-Gütesiegels „Geprüft & empfohlen“, mit dem besonders rückengerechte Alltagsgegenstände ausgezeichnet werden können. Weiterführende Informationen zum Gütesiegel gibt es unter www.ruecken-produkte.de