

ERGONOMIC CUSHION



Forbedrer kropsholdningen

ART NO	NAME	APPEARANCE	PACKAGING
65 862	Ergonomic Cushion	sort	stk.
65 855	Ergonomic Cushion Set	sort	stk. inkl. 1 elastisk bånd
65 860	Ergonomic Cushion Set	sort	stk. inkl. 2 elastiske bånd

PRODUKTBESKRIVELSE

Ved brug af Vidamic Ergonomic Cushion øges styrken og forbedres funktionen i de stabiliserende muskler, der er vigtige for kropsholdning og balance. Disse indre muskler sidder tæt på skelettet i nakken, skuldrene samt ved bækkenet og støtter kropsholdningen og balancen. Den ydre muskulatur er eksplosiv og bruges til store, kraftige bevægelser.

For at få en harmonisk og velfungerende krop er balancen mellem de stabiliserende og eksplosive muskler nødvendig. En svag og dårlig fungerende muskulatur er ofte årsag til både akutte og kroniske problemer i nakke, skuldre, ryg og hofter. Siddende balancetræning optimerer kroppens stillinger og gør det muligt at stabilisere musklerne effektivt. Vidamic Ergonomic Cushion støtter en god kropsholdning, styrker mave, ryg samt forbedrer koncentrationen, hvilket kan lindre rygproblemer. Kroppens vægt fordeles jævnt på puden, hvilket giver god komfort og en bedre blodcirkulation i ben og sæde.

Puden kan også fastgøres til stolens ryglæn ved hjælp af elastiske bånd (65 863), der er inkluderet i Vidamic Ergonomic Cushion-sæt artikelnr. 65 860. Den fungerer da som lændestøtte, der giver lænden eller der, hvor du vælger at placere den, støtte.