

# ERGONOMIC CUSHION



## *Förbättrar bålstabiliteten*

ART NO	BENÄMNING	UTFÖRANDE	FÖRPACKNING
65 862	Ergonomic Cushion	svart	styck
65 855	Ergonomic Cushion Set	svart	styck inkl 1 st Elastic Ribbon
65 860	Ergonomic Cushion Set	svart	styck inkl 2 st Elastic Ribbon

### PRODUKTBESKRIVNING

Med Vidamic Ergonomic Cushion ökar du styrkan och förbättrar funktionen i dina stabiliserande muskler som är viktiga för kroppshållningen samt din balans. Dessa inre muskler sitter nära skelettet i nacke, skuldror, rygg och bäcken och hjälper med din hållning och balans. Den yttre muskulaturen är explosiv och används för stora kraftfulla rörelser.

För att få en harmonisk och väl fungerande kropp behövs balans mellan de stabiliserande och explosiva musklerna. En svag och dåligt fungerande muskulatur är ofta orsaken till både akuta och kroniska problem i nacke, axlar, rygg och höft. Sittande balansträning optimerar kroppshållningen och gör att du stabiliserar bålens muskler effektivt. Vidamic Ergonomic Cushion underlättar en god hållning, stärker mage och rygg, förbättrar koncentrationen och kan lindra ryggproblem. Kroppstyngden fördelas jämnt på kudden vilket ger en skön komfort och bättre blodcirkulation i ben och säte.

Ergonomic Cushion kan även fästas på stolens ryggstöd med hjälp av gummibandet 65 863 som ingår i set 65 860. Den fungerar då som ett svankstöd och ger ett stöd i ländrygg eller där du väljer att ha den.