

6 BENEFITS OF MOVE™

1. Move trains your back

Move encourages you to use your body and thus strengthen your core muscles, for a stronger and healthier posture.

2. Move reduces tension

Gentle movement while sitting keeps your muscles active helping you in preventing tensions and headaches.

3. Move keeps your spine healthy

With Move your body is active and your spine is kept in its natural and dynamic curvature, relieving pressure on your spinal discs.

4. Move keeps your circulation going

Gentle movement while sitting improves your blood flow and oxygen supply, fostering an alert mind.

5. Move offers support

While sitting actively, the curved base and the saddle seat offers the necessary support and desired stability.

6. Move is versatile

Move is height adjustable, does not need individual adjustment and is light. It fits children and adults and can be used in many situations.

6 VORTEILE DES MOVE

1. Move trainiert Ihren Rücken

Move regt Ihren Körper an, die Tiefenmuskulatur zu nutzen und somit zu stärken, für eine stabile, gesunde Haltung.

2. Move reduziert Verspannungen

Sanfte Bewegungen halten Ihre Muskeln aktiv und beugen so Verspannungen und Kopfschmerzen vor.

3. Move hält Ihre Wirbelsäule gesund

Mit dem Move ist der Körper aktiv, die Wirbelsäule behält ihre natürliche, dynamische Krümmung, die Bandscheiben sind entlastet.

4. Move hält Ihre Blutzirkulation in Schwung

Das aktive Sitzen verbessert die Blutzirkulation und Sauerstoffversorgung und unterstützt so einen wachen Geist.

5. Move bietet Kontrolle

Während des aktiven Sitzens bieten der abgerundete Teller und der Sattelsitz nötigen Halt und Stabilität.

6. Move ist vielseitig

Move ist höhenverstellbar, benötigt keine individuellen Einstellungen, und ist leicht. Er ist für Kinder und Erwachsene geeignet und kann in vielen Situationen genutzt werden.

6 BENEFICI DI MOVE

1. Move tiene in allenamento la tua schiena

Move ti incoraggia a muovere il tuo corpo per rinforzare i tuoi muscoli interni, in modo da avere una postura più corretta e una muscolatura più sana.

2. Move riduce le tensioni

Il lieve movimento prodotto da Move, mentre sei seduto, tiene attivi i tuoi muscoli e previene tensioni muscolari e mal di testa.

3. Move mantiene sana la tua colonna vertebrale

Con la posizione 'in oscillazione' di Move i tuoi muscoli sono sempre in movimento e la tua colonna assume la sua curvatura naturale, alleggerendo la pressione sui dischi.

4. Move migliora la circolazione

Il movimento da seduti aiuta ad avere una migliore circolazione sanguigna e di conseguenza migliora l'apporto di ossigeno, contribuendo a tenere la mente attiva.

5. Move ti dà il giusto supporto

La seduta attiva consentita dalla base oscillante e dal sedile a sella, ti offre il corretto supporto e la necessaria stabilità.

6. Move è versatile

Move ha l'altezza regolabile, non necessita di complicate regolazioni personalizzate ed è leggero. È adatto a bambini e adulti e si adatta facilmente a diverse situazioni.

Back / Rücken / Schiena

Strengthens muscles, reduces tension.
Stärkt die Muskeln, reduziert Verspannungen.
Rinforza i muscoli e riduce le tensioni.

Upper body / Oberkörper / Torace

Upright and open for improved breathing.
Aufrecht und offen für verbesserte Atmung.
La parte superiore del corpo è eretta per una migliore respirazione.

Saddle seat / Sattelsitz / Seduta'a sella'

Keeps spine in its natural, dynamic curvature.
Hält Wirbelsäule in ihrer natürlichen, dynamischen Krümmung.
Mantiene la naturale curvatura della colonna vertebrale.

Core muscles / Rumpfmuskulatur / Muscoli interni

Strengthens core muscles.
Stärkt die Rumpfmuskulatur.
Grazie alla posizione e al movimento vengono rinforzati.

Gaslift / Gaslift / Pistone

Height-adjustable.
Höhenverstellbar.
Altezza regolabile.

Disk / Teller / Base

Curved for tilting to reduce pressure on spine and neck; graded to offer stability.
Gewölbt zum Kippen, reduziert so den Druck auf Wirbelsäule und Nacken; abgestuft für Stabilität.
Curva per consentire il movimento, riduce la pressione sulla colonna e sul collo, mantenendo comunque la stabilità.

Feet / Füße / Piedi

Feet are in motion, keeping circulation active.
Füße sind in Bewegung, halten die Blutzirkulation aktiv.
I piedi sono sempre in movimento, migliorando la circolazione.

