

DAS SITZPRINZIP

THE SEATING PRINCIPLE

Bewegung ist Leben!

Das SITZEN und seine negativen Folgen (Rückenschmerzen und vieles mehr) beherrschen seit Jahren, insbesondere in den letzten Monaten, viele Schlagzeilen in der Presse. Vielfach wird empfohlen, den negativen gesundheitlichen Folgen durch das starre, statische Sitzen vorzubeugen oder diese durch eine regelmäßige, sportliche Betätigung zu lindern.

Im Alltag sitzen wir stundenlang, bei der Arbeit, beim Fernsehen, im Auto ... Danach treiben viele von uns Sport oder leisten sich Kurse in Fitnesscentern oder einen Personal Trainer - um am folgenden Tag wiederum stundenlang zu sitzen. Alles wiederholt sich immer und immer wieder.

Die VIP AG denkt anders: Bewegung beim Sitzen, also auch am Arbeitsplatz, das ist ihre Philosophie.

Movement is life!

SITTING and its negative consequences (back pain and much more) has dominated many headlines in the press for years, especially in recent months. It is frequently recommended to prevent the negative health consequences due to rigid, static sitting or to alleviate this by means of regular sporting activity.

In everyday life we sit for hours on end, at work, watching television, in the car... After that many of us get exercise or treat ourselves to courses in fitness centres or a personal trainer – in order to sit for hours again on the following day! Everything is repeated over and over again.

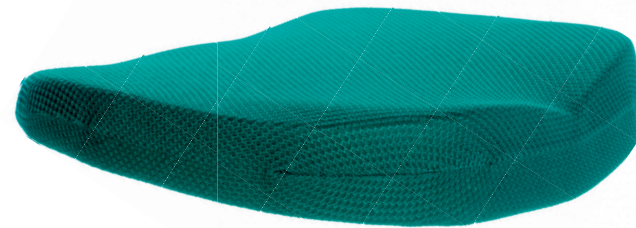
VIP AG thinks differently! Their philosophy is movement while sitting, also at work.



Das „Neue Sitzen“

Die besondere Form des PonSo Sitzprinzips ermöglicht die wichtige, mittige Krafteinleitung, dadurch wird die „natürliche Druckverteilung“ wieder hergestellt.

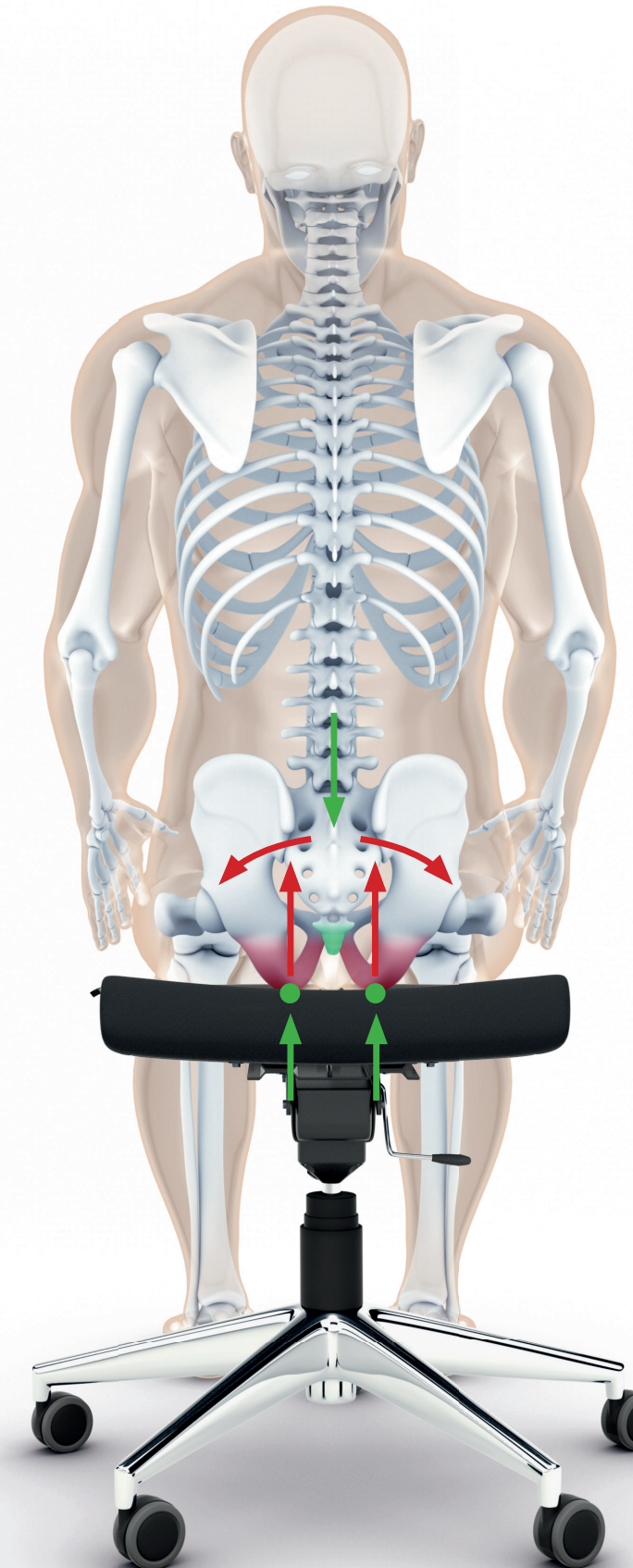
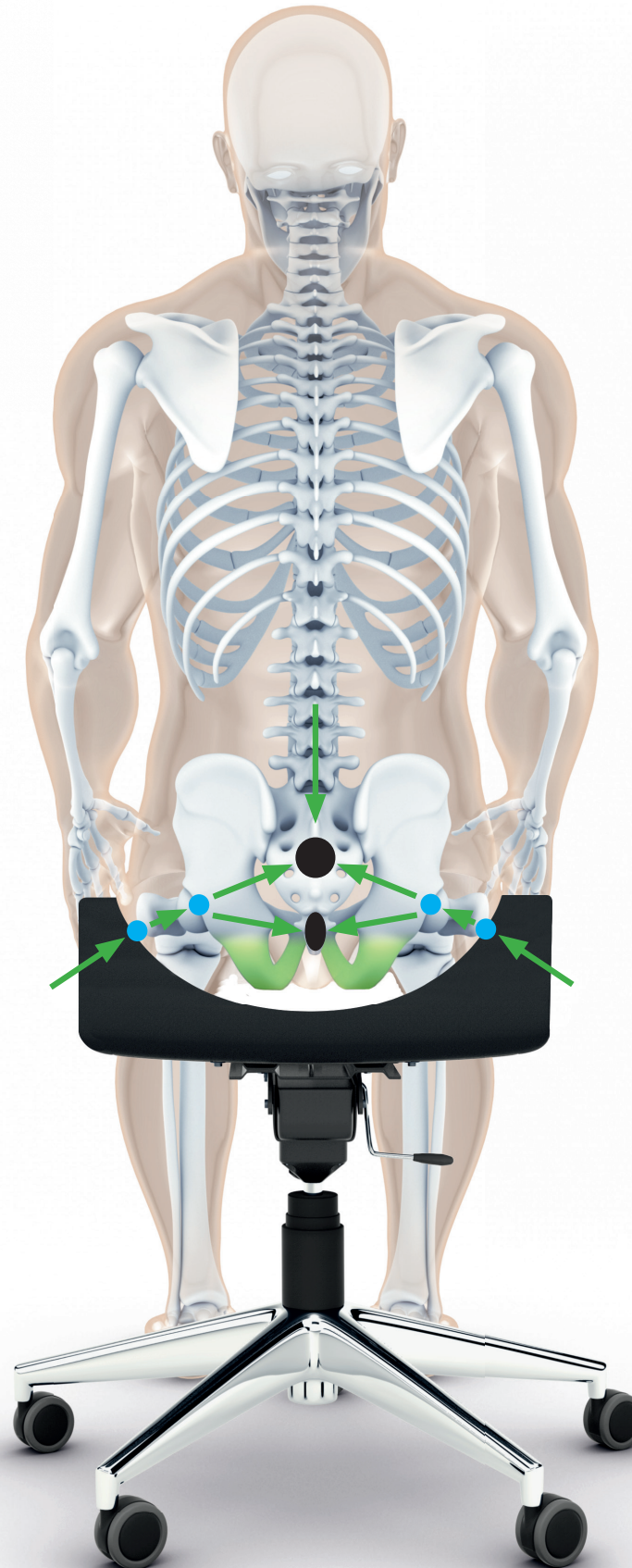
Die Folge: alle Muskeln werden bewegt, unser Becken kann sich in alle Richtungen frei bewegen/rotieren und schließlich kann der Gleichgewichtssinn wieder uneingeschränkt funktionieren.



The new form of sitting

The special form of the PonSo searing principle enables the vital, centric application of force, and as a result the “natural distribution of pressure” is restored.

The consequence: all muscles are moved, our pelvis can move/rotate freely in all directions and the sense of balance can recover its full functionality.



Herkömmliches Sitzen

Sehen wir uns die Anatomie des Menschen einmal etwas genauer an. Im Becken Bereich erkennen wir die Sitzknorren (rot) und das Steißbein (grün). Beide erhalten beim Sitzen auf einem statischen Stuhl durch das Körpergewicht viel Druck und dies außerhalb der Körpermitte.

Die Folge: es entstehen Hohlkreuz und Rundrücken, die Bandscheiben trocknen aus und die Muskeln verkümmern. Das Becken ist fixiert und damit unbeweglich.

Conventional sitting

Let's take a closer look at the human anatomy. In the pelvic area we recognise the sitting bones (red) and the coccyx (green). When sitting on a static chair, both receive considerable pressure through the body weight, and this is outside the centre of the body.

The consequence: hollow back and round back emerge, the intervertebral discs dehydrate and the muscles atrophy. The pelvis is fixed and therefore immobile.