



**Gesunde und leistungsfähige Mitarbeiter  
sind der Schlüssel zum Erfolg!**

# Inhalt

|           |   |       |
|-----------|---|-------|
| <b>3</b>  | Megatrend Gesundheit                      | ..... |
| <b>4</b>  | Arbeitsausfälle – ein finanzielles Risiko | ..... |
| <b>6</b>  | Der Schlüssel zum Erfolg                  | ..... |
| <b>8</b>  | Sitzende Arbeitstätigkeit                 | ..... |
| <b>10</b> | Stehende und gehende Arbeitstätigkeit     | ..... |
| <b>11</b> | Vorteile der Zusammenarbeit               | ..... |
| <b>12</b> | Das Original                              | ..... |
| <b>13</b> | Der kybun Schuh                           | ..... |
| <b>14</b> | Die kybun Matte                           | ..... |
| <b>15</b> | Das kybun Laufband                        | ..... |
| <b>16</b> | walk on air Produkte                      | ..... |

# Gesundheit – das wertvollste Gut Ihrer Mitarbeiter

## Entscheidender Faktor der Gegenwart und Zukunft

In der europäischen Bevölkerung ist ein riesiger Trend rund um die Gesundheit entstanden. Es wird vermehrt auf die Ernährung und die damit verbundenen Nährstoffe geachtet. Gesunde und nachhaltige Produkte sind stark auf dem Vormarsch und nehmen je länger je mehr einen großen Teil in unserem täglichen Leben ein.

Des Weiteren steigt der Fokus auf Bewegung und Sport ständig an. Sport als reine Leistungssteigerung ist für viele Menschen unbefriedigend geworden. Immer mehr wollen sich abseits des Optimierungswahns im eigenen Körper wohlfühlen, ihren Körper neu entdecken und erkennen die gesundheitlichen Vorteile der körperlichen Betätigung.

Der Mensch ist sich somit mehr und mehr der eigenen Gesundheit sowie dem Umgang mit der fragilen Umwelt bewusst. Der gesundheitliche Lifestyle gewinnt immer mehr an Bedeutung.

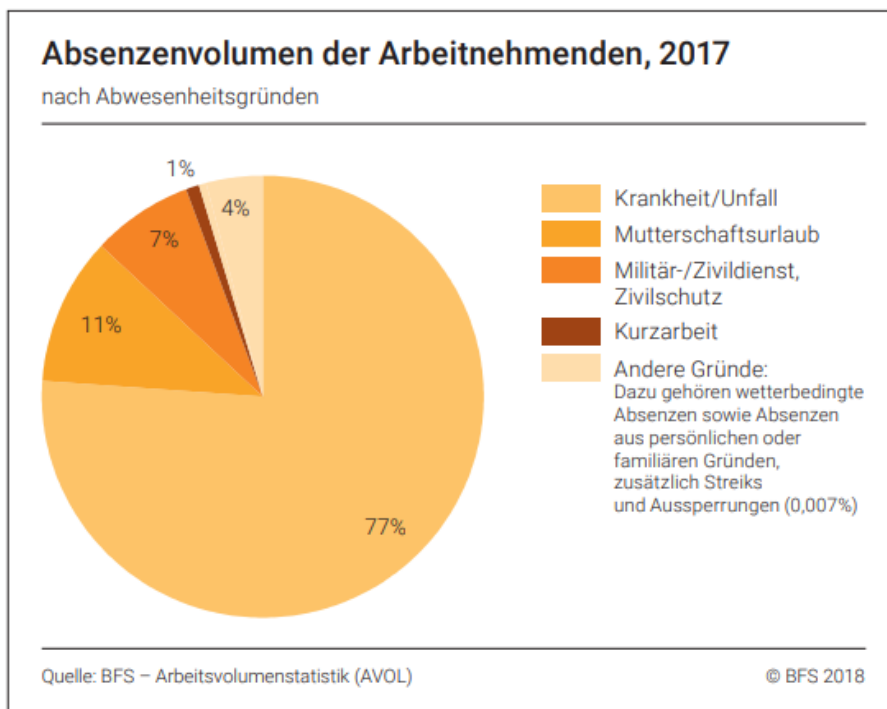
Auch in der modernen Arbeitswelt ist dieser Megatrend Gesundheit angekommen. Ergonomie am Arbeitsplatz nimmt enorm an Wichtigkeit zu, da die Unternehmen die Korrelation der Gesundheit und Zufriedenheit des Mitarbeiters mit der Leistungsfähigkeit im Arbeitsalltag sowie der krankheitsbedingten Ausfällen erkannt haben.

Wir von der »walk on air GmbH« setzen uns dafür ein, dass Ihre geschätzten Mitarbeiter gesund und leistungsfähig bleiben und somit die Ressourcen besser genutzt und Kosten gespart werden können.

# Ausfälle und unstetige Leistungskonstanz

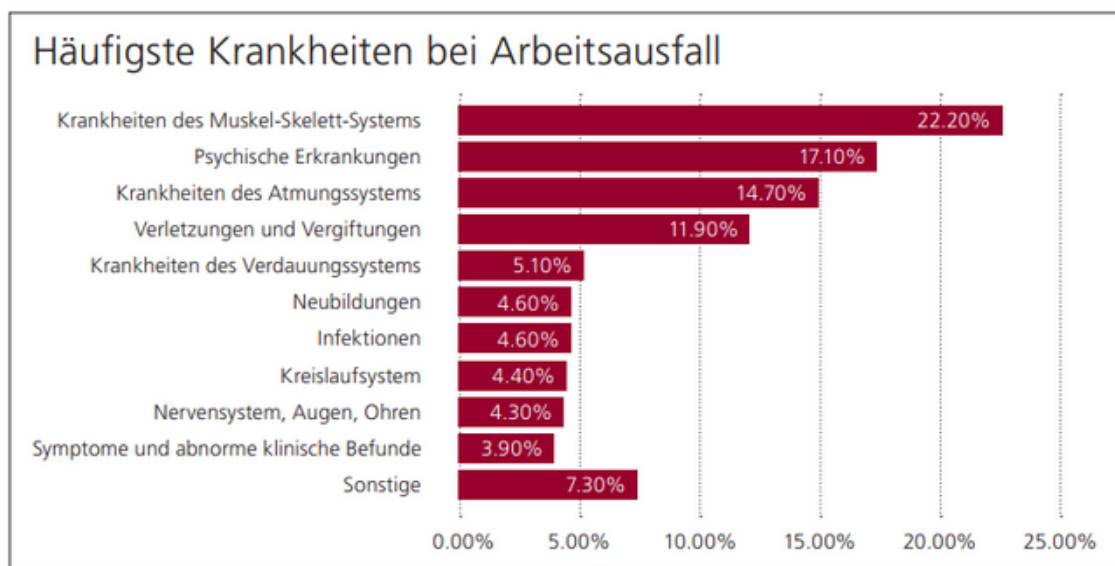
## Die Gefahren eines Unternehmens

Die krankheitsbedingten Ausfälle wie auch die unstetige Leistungskonstanz von Mitarbeitern stellen in vielen Berufsgruppen ein großes Problem dar. Die entstehenden Kosten können ein Unternehmen stark belasten. Laut dem Bundesamt für Statistik sind im Jahr 2016 77% der Ausfälle auf Krankheit/ Unfall zurückzuführen. <sup>1</sup>



<sup>1</sup> Quelle: Bundesamt für Statistik: Arbeitsvolumenstatistik <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeits-erwerb/erwerbstaetigkeit/arbeitszeit/arbeitszeit/absenzen.html>

Die DAK-Gesundheit hat ein Gesundheitsreport zum Beitrag der Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung veröffentlicht. Dabei haben sie u.a. die häufigsten Ausfallgründe im Jahr 2016 erforscht. Sie konnten zeigen, dass in Deutschland über 20% der Ausfälle aufgrund von Erkrankungen am Muskel-Skelett-System erfolgen. Dabei haben Sie die Daten von 2.6 Millionen Menschen ausgewertet. <sup>2</sup>



<sup>2</sup> Quelle: DAK-Gesundheit: Gesundheitsreport 2017  
<https://www.dak.de/dak/download/dak-gesundheitsreport-2017-1887532.pdf>

Die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin hat basierend auf den statistischen Daten im Jahr 2016 eine durchschnittliche Arbeitsunfähigkeit von 17.2 Tagen pro Arbeitnehmer / in berechnet. <sup>3</sup> Die Ursachen des Arbeitsausfalls liegen oft nicht allein an den Arbeitsbedingungen, sondern in der Art und Weise, wie der betreffende Mensch seinen Körper für die Verrichtung seiner Arbeit bewusst einsetzt. Hier möchte kybun ansetzen und einen gesundheitsfördernden Beitrag in Wirtschaft und Gesellschaft leisten.

<sup>3</sup> Quelle: [https://www.baua.de/DE/Themen/Arbeitswelt-und-Arbeitsschutz-im-Wandel/Arbeitsweltberichterstattung/Kosten-der-AU/Kosten-der-Arbeitsunfaehigkeit\\_node.html](https://www.baua.de/DE/Themen/Arbeitswelt-und-Arbeitsschutz-im-Wandel/Arbeitsweltberichterstattung/Kosten-der-AU/Kosten-der-Arbeitsunfaehigkeit_node.html)

### Arbeitnehmer werden immer öfter krank

SRF berichtet, dass laut der Krankenkasse Swica die Ausfälle von Arbeitnehmern wegen Krankheit derzeit auf einem Rekordhoch stehen. Der Rücken schmerzt und der Nacken ist steif: Das ist für zahlreiche Arbeitnehmende in der Schweiz Alltag.

«Dabei gehen 30 Prozent der Ausfälle auf Beschwerden am Bewegungsapparat zurück», sagt Roland Reilly, Abteilungsleiter betriebliches Gesundheitsmanagement bei der Swica.

Fazit: Gesundheitsmanagement gehört zu einem gesunden Unternehmen – und zahlt sich am Schluss für alle aus: für das Gesundheitswesen, die Unternehmen und die Mitarbeitenden.

**SRF** Schweizer Radio und Fernsehen

# Gesunde Bewegung – der Schlüssel zum Erfolg

## Training und Entlastung ohne zusätzlichen Zeitaufwand

### **Gesundheit fängt bei den Füßen an**

Die Füße sind das Fundament unseres Körpers. Sie werden benötigt, um sich kraftvoll abrollend zu bewegen. Wenn sich der Fuß nicht mehr komplett frei – so wie barfuß im Sand – bewegen kann, sondern durch den harten, flachen Boden, ungeeigneten Schuhen oder sogar Einlagen eingeschränkt wird, verkümmert die wahre Funktion des Fußes. Die Fehlbelastungen des Fußes führen aufgrund der anatomischen Verbindungen zum Rest des Bewegungsapparats automatisch zu Fehlbelastungen der darüber liegenden Strukturen wie Knie, Hüfte, Rücken und Nacken.

### **Sitzen ist das neue Rauchen**

Wie viele Stunden pro Tag sitzen Sie? Vergessen Sie hierbei nicht die Anreise ins Büro, beim Essen und den Ausklang des Abends vor dem Fernsehen. Unser Bewegungsapparat (das Wort sagt es ja bereits) ist dafür konzipiert sich zu bewegen. Der heutige Lebensstil sowie die Veränderung der Zivilisation, primär von Industriestaaten, führen durch die sitzende Tätigkeit zu einer Verkümmernung des Bewegungsapparats. Neuste wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass die Risiken für Herzerkrankungen, Diabetes, Krebs, orthopädische Beschwerden sowie psychische Erkrankungen bei bereits zwei Stunden Sitzen am Stück erhöht sind. <sup>4</sup> Regelmäßiges Unterbrechen von Sitzen zeigt nach neusten Studien die Wirksamkeit auf die Gesundheit auf.

<sup>4</sup> Quelle: Bundesamt für Gesundheit BAG: <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/gesundheitsfoerderung-undpraevention/bewegungsfoerderung/auf-stehen.htm>

## Wir bieten die Lösung

Packen wir ein elastisch-federndes Luftpolster unter unsere Füße in Form der kybun Matte oder des kybun Schuhs, ist der Fuß durch das dynamische Federn ständig in Bewegung. Dabei werden die Muskeln hinsichtlich Kraft und Koordination trainiert. Das trampolinähnliche Vibrieren entspannt die Muskulatur.

«Ein elastisch-federnder Untergrund ermöglicht ein aktives, gesundes Gehen auch auf harten Böden. Er schont die Gelenke, trainiert die Muskulatur und verbessert die Balance», erläutert Prof. Dr. Christian Gäbler, Facharzt für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie, Wien.

## Federnd hüpfen ist zurück

Diese Bewegung ist nicht nur die Lieblingsbewegung jedes Kindes, sondern dadurch können Fuß-, Knie-, Hüft- und Rückenschmerzen gelindert werden. Die federnd hüpfende Schwingung ist die perfekte Entspannungsbewegung, die dem Menschen so in die Wiege gelegt wurde. Auf elastisch-federnden Materialien zu gehen und zu stehen, gestaltet den Alltag auf einfache Weise ergonomischer und das Bedürfnis sich ständig zu setzen verfliegt. Das aufrechtbewegte Gehen, Stehen und Arbeiten auf der elastischen-federnden kybun Matte oder im Schweizer Luftkissen-Schuh ist die gesunde Alternative zum passiven Sitzen sowie dem Gehen auf harten Böden in herkömmlichen Schuhen.



# Sitzende Arbeitstätigkeit als Ursache zahlreicher Beschwerden

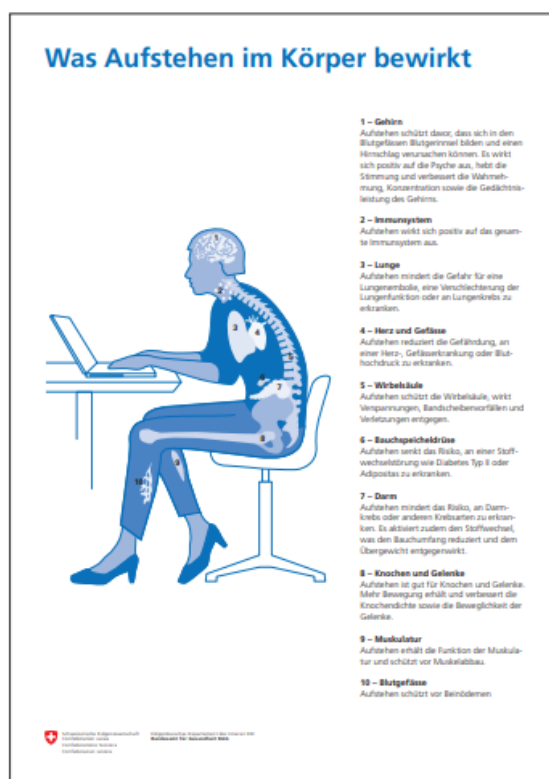
## Die schleichende Degeneration des Bewegungsapparats

### Die Gefahren des Sitzens

Wir sitzen uns zu Tode. Unser ganzer Körper braucht die Bewegung, um einwandfrei zu funktionieren, da er genau dafür konzipiert wurde. Die Knochen und die Gelenke, die Muskeln und Faszien wie auch unsere Organe und unser Gehirn benötigen die tägliche Bewegung, um vollumfänglich funktionsfähig zu sein. Wird dies durch unzureichende Beanspruchung, z.B. durch übermäßiges Sitzen, nicht gewährleistet, so baut der Körper die spezifischen Funktionen der unterforderten Strukturen kontinuierlich ab. Der Körper arbeitet nach dem Prinzip «use it, or lose it», damit überflüssige Strukturen nicht unnötige Ressourcen beanspruchen. Dies ist ein schleichender Prozess, welcher primär mit verklebenden Faszien beginnt. Dies spüren wir bereits nach mehrstündigem Sitzen, weil der Bewegungsapparat zu wenig und unphysiologisch belastet wird. Rückenschmerzen, Nackenverspannungen, Kopfschmerzen und kribbelnde Beine sind nur einige Zeichen der sitzenden Tätigkeit. Diese Hilfeschreie des Körpers sind täglich zu spüren. Langfristige Konsequenzen sind Herzerkrankungen, Diabetes, Krebs, orthopädische Beschwerden sowie psychische Erkrankungen wie neuste Studien zeigen konnten.<sup>5</sup> Aus diesem Grund ist die Aussage «das Sitzen ist das neue Rauchen» allgegenwärtig.

### Abendsport – reicht das an Bewegung?

Wir wissen, dass Sport gesund ist und spüren die positiven Eigenschaften der körperlichen Betätigung. Insbesondere bei sitzender Arbeitstätigkeit ist aber der Sport vor oder nach der Arbeit nur ein Schritt in die richtige Richtung. Wir können mit 1-2 Stunden Bewegung 3-4-mal wöchentlich nicht die gesundheitlichen Schäden von täglichem Dauersitzen



<sup>5</sup> Quelle: Bundesamt für Gesundheit BAG: <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/gesundheitsfoerderung-undpraevention/bewegungsfoerderung/auf-stehen.html>



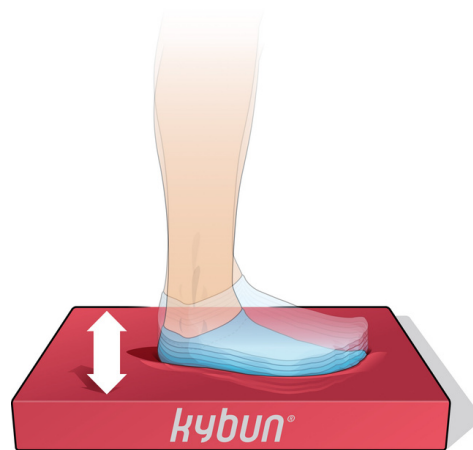
kompensieren. Dies lässt sich ganz einfach mit der Ernährung vergleichen. Wir können uns nicht die ganze Woche von Fast Food ernähren und 3-4-mal wöchentlich eine Frucht essen und hoffen, dass man dadurch gesund bleibt. Fakt ist, dass bei der Ernährung dieses Verständnis den meistens Leuten bewusst ist. Die enormen gesundheitlichen Risikofaktoren des Sitzens sind sich die meisten Menschen jedoch noch nicht bewusst. Die Ernährung und die Bewegung sind die zwei entscheidendsten Faktoren, welche die Gesundheit signifikant beeinflussen.

### **Stehische sind nur die halbe Miete**

Glücklicherweise ist bereits bei vielen Unternehmen ein Umdenken bezüglich sitzenden Arbeitsplätzen im Gange. Dies ist darauf zurückzuführen, dass die diversen Beschwerden und Leiden der Angestellten aufgrund der sitzenden Tätigkeit stark zugenommen haben und somit auch die personellen Ausfälle, welche das Unternehmen finanziell stark belasten. Laut einer Umfrage der Rheumaliga aus dem Jahr 2011 geht hervor, dass in der Schweiz jährlich rund 10 Millionen Krankheitstage wegen Rückenschmerzen anfallen.

Aufgrund dieser Erkenntnis werden in der Schweiz heutzutage 60% Steh- gegenüber 40% Sitzpulten verkauft. Dies zeigt, dass viele Unternehmen bezüglich Ergonomie am Arbeitsplatz auf dem richtigen Weg sind. Fakt ist aber leider, dass immer noch 90% der Angestellten praktisch den ganzen Tag sitzen.

Was ist der Grund für diese rege Nutzung der Stehtische? Statisches Stehen auf dem harten Boden ist anstrengend und führt auch zu Beschwerden. Passives Sitzen wie auch passives Stehen ist gesundheitsschädlich, da jegliche Art von statischer Körperhaltung zu strukturellen Überbelastungen führt. Der Körper muss ständig leicht in Bewegung sein, um optimal zu funktionieren und schmerzfrei zu sein.



### **Stehen leicht gemacht dank der kybun Matte**

Durch die weltweit einzigartige Wirkungsweise des elastisch-federnden Materials wird der Körper gleichzeitig trainiert und entlastet. Permanente kleine Bewegungen des ganzen Muskel-Skelett-Apparats trainieren die so essentielle Tiefenmuskulatur. Dabei werden die Gelenke stabilisiert und somit entlastet. Muskuläre Verspannungen lösen sich durch die leichten Schwingungen beim dynamischen Stehen auf den kybun Matten. Die Produktivität am Arbeitsplatz nimmt durch die Reduktion der körperlichen Beschwerden und die Erhöhung der Leistungsfähigkeit zu. Langfristig wird ein essentieller Beitrag in die Gesundheitsförderung jedes einzelnen Mitarbeiters geleistet.

### **kybun Matte überzeugt auch SGK**

43 Mitarbeitende der Kantonalbank St. Gallen testeten die kybun Matte über 7 Wochen am Arbeitsplatz. Bei einer Umfrage vor und nach der Testphase konnte gezeigt werden, dass die kybun Matte als Ergänzung zum Stehpult einen wesentlichen Beitrag zum allgemeinen Wohlbefinden leistet und bei Beschwerden und Verspannungen im Nacken- und Rückenbereich eine Linderung verschafft. Insgesamt stellten 73% eine leichte bis deutliche Verbesserung ihres Wohlbefindens resp. ihrer Beschwerdesituation fest. Vor der Studie nutzten 10% der Mitarbeiter die Stehpulte. Während der Studie haben 70% der Mitarbeiter 5 oder mehr Stunden stehend auf der kybun Matte gearbeitet.

Aufgrund dieser positiven Testergebnisse hatte die Geschäftsleitung entschieden, dass bei der St. Galler Kantonalbank die kybun Matte zum Einsatz kommen soll. Dabei übernimmt die Bank zwei Drittel der Beschaffungskosten. Insgesamt verwenden rund 140 Kantonalbank-Mitarbeitende die kybun Matte. Dies sind über ein Drittel aller Mitarbeitenden am KB Hauptsitz.

# Stehende und gehende Arbeitstätigkeit führt zu körperlicher Überbelastung

## Fehl- und Überbelastung als Ursache für Schmerzen

### **Die Gefahren der stehenden und gehenden Arbeitsausführung**

Lange und intensive Arbeitstage sind nicht selten. Die Mitarbeitenden stehen und gehen den ganzen Tag und belasten dadurch ihre Körper enorm. Fußbrennen, schwere Beine, Knie-, Hüft- und Rückenschmerzen sowie Venenleiden gehören zu den häufigsten Beschwerden der Mitarbeitenden und sind Folgen der körperlichen Fehlbelastung.

### **Harte und flache Böden sowie herkömmliche Schuhe als Ursache für körperliche Fehlbelastung**

Barfuß gehen auf Naturboden stärkt die Fußmuskulatur und führt zu einer physiologischen Belastung des ganzen Körpers. Durch die Möglichkeit des Einsinkens in den Untergrund kann der Fuß aktiv abrollen und der Gang durch den Fußmotor initiiert werden. Wenn der Fuß aufgrund des harten, flachen Bodens sowie durch herkömmliche Schuhe oder sogar Einlagen eingeschränkt wird und sich nicht mehr komplett frei bewegen kann, führt dies automatisch zu körperlichen Fehlbelastungen. Der Fußmotor wird blockiert und die darüber liegenden Strukturen wie Knie, Hüfte, Rücken, Nacken und Kopf müssen dies korrigieren. Bei wenigen Schritten pro Tag führen diese Fehlbelastungen seltener zu sofortigen Beschwerden am Bewegungsapparat. Bei stehenden und gehenden Berufen mit einer Vielzahl von Schritten sind es enorme Belastungen auf unseren Körper. Dieser reagiert mit Schmerz als Signal,

dass an der Bewegungsausführung etwas geändert werden muss, um keine irreversiblen Schäden am Bewegungsapparat zu erlangen.

### **Analog der Ernährung gilt auch für die Bewegung: Qualität statt Quantität**

Es ist wahr, dass wir uns zu wenig bewegen und dies gesundheitsschädliche Folgen haben kann. Aber wenn Bewegung falsch gemacht wird, ist sie nicht weniger schädlich, als wenn man sich weniger bewegt. Fakt ist, dass Sportler und Personen, welche sich viel bewegen mehr orthopädische Beschwerden haben als solche, welche sich kaum bewegen. Ursache hierfür sind Fehlbelastungen des Bewegungsapparats aufgrund der harten und flachen Böden, körperlichen Defiziten sowie ungeeigneten Schuhen. Die Qualität der Bewegung ist bezüglich des Gesundheitszustands entscheidend. Analog dazu kann die Ernährung betrachtet werden. Auch hier ist die Qualität der Lebensmittel ausschlaggebend für die Gesundheit des Organismus.

Mit dem kybun Schuh den Naturboden direkt unter den Füßen Durch die weltweit einzigartige elastisch-federnde Sohle bringt der kybun Schuh den Naturboden wieder direkt unter die Füße. Dadurch kann der Fuß wieder kraftvoll abrollen und der ganze Bewegungsapparat physiologisch belastet werden. Gleichzeitig werden durch die permanenten kleinen und feinen Bewegungen die essentielle Tiefenmuskulatur trainiert.



Dadurch werden die Gelenke stabilisiert und somit entlastet. Muskuläre Verspannungen lösen sich, da die Bewegungsausführung optimiert wird. Typische Beschwerden wie Fußbrennen, schwere Beine, Knie-, Hüft- und Rückenschmerzen werden sofort gelindert. Die Produktivität im

Unternehmen nimmt durch die Reduktion der körperlichen Beschwerden und die Erhöhung der Leistungsfähigkeit zu. Langfristig wird ein essentieller Beitrag in die Gesundheitsförderung jedes einzelnen Mitarbeiters geleistet.

## Die Vorteile für Ihre Mitarbeiter und Ihr Unternehmen

### Durch die Zusammenarbeit mit kybun doppelt profitieren

- Absenzenquote und Kosten minimieren
- Verletzungen und Beschwerden am Bewegungsapparat vermeiden und vermindern
- Widerstandskraft und Belastbarkeit ausbauen
- Gesunde und motivierte Mitarbeiter
- Konzentrationsfähigkeit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter erhöhen
- Signal der aktiven Gesundheitsförderung an Mitarbeiter und nach Außen
- Produktivere Mitarbeiter

## Geheimnis der natürlichen Bewegung

vom Abrollschuh MBT zum walk-on-air  
im kybun Schuh



In den 80er Jahren lebte Karl Müller inmitten der Reisfelder Koreas. Dieses Gefühl wollte der ETH Ingenieur in den Alltag des modernen Menschen holen. Er entwickelte den Abrollschuh MBT und revolutionierte mit seinem Sohlenkonzept die Schuhindustrie. Dank der mehrheitlich positiven Wirkung auf den Körper wurde der Abrollschuh zum Welterfolg.

Doch Karl Müller wollte das Reisfeldgefühl noch weiter optimieren. Mehrere Jahre forschte er mit seinem Team und entwickelte ein Mehrkomponenten-PU, das extrem elastisch ist, eine hohe Rückfederkraft besitzt und kaum ermüdet. Dieses Material ist die Besonderheit der Therapieprodukte von kybun.

«Der Fuß ist der Schlüssel jedes gesunden Körpers. Die kybun Produkte ermöglichen ein aktives Gehen und Stehen. Auf dem elastisch-federnden Material hat der Fuß die volle Bewegungsfreiheit und wird gestärkt ohne zu ermüden.» Karl Müller, kybun Erfinder

Skechers und andere Marken sind auf dem Fundament des MBT- und kybun-Erfinders aufgebaut. Obwohl die Idee vielfach kopiert wurde, bleibt das Original spürbar an der Spitze.



## Der kybun Schuh

### Den Schmerzen davon laufen dank dem Schweizer Luftkissen-Schuh

Schon der erste Kontakt im kybun Schuh begeistert. Die walk-on-air Sohle sorgt für optimale Dämpfung und entlastet den Körper spürbar. Seine rutschfeste Sohle gibt sicheren Halt und schützt vor Arbeitsunfällen. Zudem garantiert das Fußklima-System eine optimale Feuchtigkeits- und Temperaturregulierung.



«Der Schuh von kybun ermöglicht aktive gesunde Bewegung im Alltag. Ob gehen oder stehen, es werden die Tiefenmuskulatur trainiert, die Gelenke geschont und die Muskeln gestärkt. Zudem ist es eine wohltuende Entspannung für die Wirbelsäule, es aktiviert den Herz-Kreislauf und es baut die Müdigkeit ab.»

Dr. med. Heinz Lüscher,  
Vitalstoffmedizin, aus Herisau, Schweiz



#### Fuß-Sensortechnologie

Anders als bei herkömmlichen Schuhen, können die Füße im kybun Schuh jede Feinheit des Bodens ertasten. Die Fußrezeptoren senden Schritt für Schritt neurologische Signale durch den ganzen Körper bis ins Hirn, was den gesamten Bewegungsapparat in einen aktiveren Modus versetzt. Die Tiefenmuskulatur und das Gleichgewicht werden trainiert sowie die Gelenke entlastet. Somit können Schmerzen gelindert werden.

#### Fußklima-System

Im Weiteren bildet die Luft-Waben-Struktur der Sohle ein Luftkissen zwischen Fuß und Boden, wobei ein Fünftel des Luftvolumens bei jedem Schritt in den Fußraum gepumpt wird. Dies schafft ein optimales Schuhklima.



## Die kybun Matte

### Den gesundheitsschädlichen Folgen des Sitzens entgegenwirken

Viele berufstätige Personen, welche ihren Arbeitsalltag sitzend verbringen, leiden unter Verspannungen, Dysbalancen sowie Rücken- und Nackenschmerzen. Grund für die körperlichen Beschwerden liegt im passiven Sitzen. Die stehende Arbeit auf der kybun Matte, ist die gesunde Alternative im Büro und zudem ein wichtiger Teil des Gesundheitsmanagements

Auf dem elastisch-federndem Untergrund werden die kleinen Muskeln trainiert, Verspannungen gelöst und das Wohlbefinden wird positiv beeinflusst. Studien zeigen, dass moderate Bewegung in Verbindung mit geistiger Arbeit die Leistungsfähigkeit steigert und die Konzentration erhöht.

Integrieren Sie kybun in Ihren Arbeitsalltag und spüren Sie die gesundheitlichen Vorteile des dynamischen Stehens. Sie trainieren und entlasten Ihren Körper zugleich. Ein angenehmer Arbeitsplatz erhöht die Motivation und Zufriedenheit der Mitarbeiter und verringert die Krankheitstage der Arbeitskräfte.



## Das kybun Laufband

### Für elastisch-federndes Gehen am Arbeitsplatz

Integrieren Sie mehr Bewegung in Ihren Büroalltag mit dem Laufband von kybun. Während dem Sie konzentriert Ihre Arbeit am PC verrichten, leisten Sie gleichzeitig einen essentiellen Beitrag für Ihre Gesundheit.

Laufen Sie den üblichen Schmerzen durch die sitzende Arbeitsausführung davon. Verspannungen, Dysbalancen sowie Rücken- und Nackenschmerzen gehören durch die tägliche Bewegung auf elastisch-federndem Untergrund innert kürzester Zeit der Vergangenheit an. Gleichzeitig wird die Konzentration erhöht und die Leistungsfähigkeit gesteigert.

Die Lauffläche des kybun Laufbandes besteht aus Lamellen desselben elastisch-federnden Materials, das bereits von der kybun Matte und dem kybun Schuh bekannt ist. Damit genießen Sie das unvergleichliche Gehgefühl direkt an Ihrem Arbeitsplatz.

- Gehen fördert die Gesundheit
- Erhöhte Produktivität
- Mentale Leistung wird gesteigert
- Ihr Büro – das perfekte Gesundheitscenter
- Keine Rückenschmerzen
- Weniger müde am Nachmittag/Abend
- Arbeit und Training kombiniert





### Warum nicht einfach bewegen und sitzen kombinieren?

Das PonSo Sitzkissen minimiert den Druck auf Wirbelsäule und Bandscheibe und bewegt alle Muskeln auch beim sitzen. Das orthopädische getestete und empfohlene Kissen verwandelt jede statische Sitzgelegenheit mit nur einem Handgriff in eine ergonomische dynamische Sitzfläche. Wir nennen das "dynamisches Sitzen" to go.

- Aktives Sitzen
- Bessere Be- und Entlastung der Gelenke und Bandscheiben
- Bessere Durchblutung des Körpers

## BLACKROLL

### Mit der Massagepistole effizient regenerieren – zuhause & im Büro

Egal ob am Schreibtisch, in der Produktion oder im Lager - Massagen am Arbeitsplatz erfreuen sich bei allen Mitarbeitenden größter Beliebtheit. Die FASCIA GUN von BLACKROLL ist ein wahrer Allrounder und kann nicht nur dabei helfen körperliche Beschwerden wie Verspannungen durch zu langes Sitzen oder monotone Bewegungen zu lindern, sondern wirken vor allem durch den gesteigerten Serotoninspiegel stressreduzierend, entspannend und aktivierend.

Diese ganzheitliche Wirkung machen Massagen zur idealen Maßnahme der betrieblichen Gesundheitsförderung.







## **BELLICON WORKSPACE BRINGT BEWEGUNG IN JEDES BÜRO**

Ermüdende Besprechungen, ein überfülltes Postfach und deftiges Kantinenessen bringen das Motivationstief: Kein seltenes Bild in Büros. Die Produktivität sinkt, der Mangel an Bewegung steigt. Rücken-, Nacken- sowie Schulterpartie schmerzen und Volkskrankheiten wie Diabetes oder Herz-Kreislaufstörungen sind mögliche Folgen.

Jetzt ist Schluss mit der Bürostarre: Körper und Geist benötigen neuen Schwung. Bereichern Sie den Arbeitsalltag in Ihrem Unternehmen mit beschwingter Bewegung und reduzieren gleichzeitig Fehlzeiten sowie krankheitsbedingte Ausfälle. Mit bellicon Workspace als innovative BGM-Maßnahme erreichen Sie unmittelbare und nachhaltige Erfolge für Ihre Mitarbeiter und Ihr Unternehmen.



Kontaktieren Sie uns ganz unverbindlich für ein  
individuelles Angebot für Ihr Unternehmen:

**Herr Matthias Krüger**  
**Geschäftskunden Berater**  
**Tel. +49 176 - 56 96 39 71**  
**matthias.krueger@walkonair.de**

**[www.walkonair.de](http://www.walkonair.de)**

walk on air GmbH  
Industriestraße 15  
56626 Andernach

**Geschäftsführer:**  
Nelli & Alexander Friesen

**Kontakt:**  
Telefon: +49 26 32 / 96 55 88  
Telefax: +49 26 32 / 96 55 11  
E-Mail: [info@walkonair.de](mailto:info@walkonair.de)

**Registereintrag:**  
Eintragung im Handelsregister.  
Registergericht: Koblenz  
Registernummer: HRB 15154

**Umsatzsteuer:**  
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer  
gemäß §27 a Umsatzsteuergesetz: DE 227473134