



HANDMADE IN GERMANY



Vöruyfirlit

BIOSWING – bættu líf þitt

Snjallar lausnir fyrir heilbrigða hreyfingu



HANDMADE IN GERMANY

HEIMSPEKI OKKAR _____ 4

SKRIFSTOFA /
HEIMASKRIFSTOFA _____ 6

2 serían 14

3 serían 16

4 serían 18

oneUP 20

STJÓRNENDUR _____ 22

4 serían 28

5 serían 30

6 serían 32

7 serían 36

HEILSUBJÓNUSTA /
LÆKNASTOFUR _____ 40

oneUP 42

oneUP Easy 44

Foxter 46

LEIKSKÓLI _____ 48

Foxy 50

SKYN- OG
HREYFIBJÁLFUNARKERFI _____ 52

BJÁLFUN MEÐ BIOSWING _____ 54



Maðurinn er
skapaður til að
hreyfa sig.



Hreyfing er grundvallarþáttur mannlegs lífs. Hún fylgir okkur í hverju skrefi, hverri líkamsstöðu og á öllum skeiðum lífsins. Jafnvel minnstu hreyfingar hjálpa líkamanum að halda jafnvægi, dreifa kröftum og laga sig stöðugt að breyttum kröfum.

Þegar náttúruleg hreyfing er studd skapast mikilvægar forsendur fyrir vellíðan, stöðugleika og afköstum – í daglegu lífi, í starfi, í meðferð og við þjálfun.

Í meira en 40 ár hefur HAIDER BIOSWING þróað kerfi þar sem þessi meginregla er í fyrirrúmi.



Hvort sem um er að ræða setukerfi fyrir skrifstofur og stjórnendur, lausnir fyrir heilbrigðisstofnanir, skyn- og hreyfipjálfunarkerfi eða sveiflustangir, byggja allar BIOSWING-vörur á sömu heimspeki: þær eru hannaðar út frá náttúrulegum hreyfimylnstrum líkamans og hjálpa til við að varðveita og efla þau á sem bestan hátt. Hver einstaklingur er einstakur. Þess vegna þróum við ekki lausnir sem þvinga líkamann í fyrirfram ákveðna stöðu. Við þróum kerfi sem aðlagast einstaklingnum og styðja náttúrulega hreyfigetu líkamans.

Velkomin í heim HAIDER BIOSWING.

SKRIFSTOFA /
HEIMASKRIFSTOFA

Markviss styrking
baksins á meðan
þú situr



Vöðvar þrífast á hreyfingu: spennu og slökun

Uppbygging og samspil 639 vöðva líkamans er einstakt – sérstaklega þegar við fylgjum náttúrulegum líffræðilegum meginreglum hreyfingar. Fólk sem vinnur við skjái fær þó oft endurtekna verki í baki, öxlum og hálsi vegna langvarandi rangrar líkamsstöðu. Með tímanum getur þetta leitt til alvarlegra heilsuvandamála, þar á meðal brjós-kloss. Markviss hreyfing í sitjandi stöðu og regluleg stutt hvíldarhlé geta hjálpað til við að vinna gegn þessum áhrifum.



BIOSWING-hreyfitæknin tryggir að vöðvarnir fái stöðugt stöðugleikaörvandi hreyfiboð, jafnvel meðan þú situr.



Dr. Klaus Weiß

Hæfnisetur fyrir heilsustjórnun á vinnustöðum við Íþrótt- og Íþróttavísindastofnun Háskólans í Heidelberg



„Heilsa starfsfólks skiptir lykilmáli frá mörgum sjónarhornum. Hreyfingarleysi og röng setustaða eru skaðleg líkamanum. BIOSWING-tæknin býður upp á vísindalega studda lausn sem örvar fólk markvisst jafnvel þegar það situr – til dæmis á skrifstofunni – og virkjar þannig heilsueflandi ferli í líkamanum.“

SKRIFSTOFA / HEIMASKRIFSTOFA



Stöðug stöðugleikabjálfun
meðan þú situr – án þess
að þurfa að hugsa um það.

Innbyggði sveiflubúnaður stólsins
vinnur sjálfkrafa og áberandi lítið í
bakgrunni. Hann bregst við hverri
hreyfingu sem þú gerir og heldur þér
í stöðugri, fíngerðri örhreyfingu allan
daginn sem þú situr.





SKRIFSTOFA /
HEIMASKRIFSTOFA

Sitja og standa:
fjölbreytnin skiptir máli



Það eru margar sitja-standa lausnir. En aðeins ein sem breytir sjálfkrafa hverri hreyfingu notandans í þjálfun fyrir bakið: BIOSWING.

Hæðarstillanleg borð sem hægt er að hækka í standhæð, ásamt hreyfivirku BIOSWING-sæti, skapa bestu forsendurnar fyrir bakvænan vinnudag.



Stólar með sérlega háum gasfjöður og framhallandi setu henta einnig til að bæta líkamsstöðu í hárri setustöðu. Því hærra sem borðið er stillt, því minna þurfa starfsmenn að beygja sig – og því uppréttari verður líkamsstaðan.



Þægilegt og áhrifaríkt í senn

Að sitja á BIOSWING-skrifstofustól getur lagt mikilvægt af mörkum til að viðhalda heilsu þinni.

Kostirnir þínir í hnotskurn:

- ✓ Mælt með af bæklunarlæknum, íþróttalæknum og sjúkrapjálfurum
- ✓ Veitir líffærafræðilega rétta, einstaklingsmiðaða stoð
- ✓ Virkjar skyn- og hreyfitaugakerfið
- ✓ Styður náttúrulega sjálfstýringu líkamans með fingerðum örhreyfiáreitum
- ✓ Einstaklega þægilegt

Vinnuvistfræði byggist á trausti

Fáðu ráðgjöf hjá einum af um 150 vinnuvistfræðisérfræðingum okkar og upplifðu snjalla, aðlögunarhæfa BIOSWING-kerfið í eigin persónu!

Frekari upplýsingar er einnig að finna á www.bioswing.ee



2 serían



3 serían



4 serían



oneUP



BIOSWING

2 serían



Heilbrigð seta – tryggð

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ Samstilltur búnaður
- ✓ Tímalaus hönnun, einnig fánleg án armpúða
- ✓ Bæklunarfræðilega áhrifaríkur



BIOSWING

3 serían



Heilsa fyrir líkama og huga

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ Samstilltur búnaður
- ✓ Tilvalið fyrir heimaskrifstofuna
- ✓ Glæsileg hönnun með hreinum línum
- ✓ Fáanlegt með eða án hnakkastuðnings



Einnig fáanlegt sem sérlega þægilega sérgerðin „Visco“

- ✓ Visco-froða í bólstrun setu og bakstoðar
- ✓ Kemur staðalbúin með 3D-hnakkastuðningi og þægilegum fjölnota armpúðum



BIOSWING

4 serían



Lífleg setubægingdi

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ TrainBackMatic (samstilltur búnaður)
- ✓ Ströngustu vinnuvistfræðilegu kröfur
- ✓ Lífræn hönnun



- ✓ Tilvalið fyrir heimaskrifstofuna



BIOSWING

oneUP



Upp og niður – og allt í kring

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ Vinnuvistfræðilegur stuðningur í fjölbreyttum vinnustöðum
- ✓ TrainBackMatic (samstilltur búnaður) fáanlegt sem valkostur
- ✓ Hnakkastuðningur og armpúðar fáanleg sem valkostur



STJÓRNENDUR

Lyftu eigin
frammistöðu á
nýtt stig



BIOSWING: bættu líf þitt

Þegar fyrirtæki stefna að hámarksárangri ræðst árangur ekki aðeins af gæðum stefnumótunar heldur einnig af frammistöðu fólksins sem hrindir henni í framkvæmd. Nútímalegir vinnustaðir skapa því aðstæður sem styðja einbeitingu, gæði hreyfingar og náttúrulega sjálfstýringu líkamans. Þannig myndast vinnuumhverfi þar sem hægt er að nýta möguleika betur, taka skýrari ákvarðanir og ná varanlegum hámarksárangri.

New Work: Þegar taugakerfið virkjar frammistöðu

Um 5,8 milljónir kílómetra af taugabrautum með billjónum taugamóta samhæfa líkamsstöðu, hreyfingu, athygli og ákvarðanatöku. Þegar þetta tauganet er stöðugt örvað með náttúrulegri hreyfingu batna gæði skynboða – grundvallarforsenda einbeitingar, frammistöðu og viðvarandi árangurs í daglegu starfi.

STJÓRNENDUR



BIOSWING styður mikilvægasta net fyrirtækisins: samskipti líkamans og heilans.

Á meðan hefðbundnir skrifstofustólar halda líkamanum að mestu kyrrum skapar BIOSWING stöðugar náttúrulegar örhreyfingar. Þannig fær taugakerfið stöðugt flæði nýrra skynupplýsinga sem það þarf til að samhæfa líkamsstöðu, hreyfingu og athygli. Niðurstaðan er vinnustaður sem veitir ekki aðeins vinnuvistfræðilegan stuðning heldur stuðlar einnig að náttúrulegum samskiptum milli líkamans og heilans.

Snjalli og aðlögunarhæfi 3D-setubúnaðurinn skiptir sköpum

Þetta mjög áhrifaríka kerfi aftengir og endurspeglar nákvæmlega hreyfiboðin sem líkaminn skapar í sitjandi stöðu. Það er hannað út frá náttúrulegum hreyfimyndum líkamans og hreyfisviði í sitjandi stöðu og aðlagast sjálfkrafa og mjúklega náttúrulegum tíðnum á bilinu 0,8 til 2,7 hertz. Snjöll leið til að sameina á fullkominn hátt bakstyrkjandi vinnuvistfræði, frammistöðueflandi hreyfingu og líkamsmiðaða setu.



STJÓRNENDUR

BIOSWING – tækni fyrir meiri frammistöðu

Peir sem þurfa að standa sig sem best á hverjum degi þurfa snjalla lausn fyrir fólk sem veit hvað skiptir máli.

Kostirnir þínir í hnotskurn:

- ✓ Virkjar náttúruleg samskipti líkamans og heilans
- ✓ Eflir einbeitingu og skapandi hugsun
- ✓ Skapar forsendur fyrir viðvarandi frammistöðu
- ✓ Samhæfir og stöðugar bakvöðvana
- ✓ Einstaklega þægilegt





Stjórnendastólar eru mál stjórnenda

Fáðu ráðgjöf hjá einum af um
150 vinnuvistfræðisérfræðingum
okkar og upplifðu sjálfur snjalla og
aðlögunarhæfa BIOSWING-kerfið!

Frekari upplýsingar er einnig að finna á
www.bioswing.ee



4 serían



5 serían



6 serían



7 serían

BIOSWING

4 serían



Lífleg setubægindi

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ TrainBackMatic (samstilltur búnaður)
- ✓ Ströngustu vinnuvistfræðilegu kröfur
- ✓ Lífræn hönnun



- ✓ Sérútgáfa klædd hágæða ólífulituðu leðri



BIOSWING

5 serían



Setugæði í sérflokki

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ TrainBackMatic (samstilltur búnaður)
- ✓ Ströngustu vinnuvistfræðilegu kröfur
- ✓ Klassísk, glæsileg hönnun



- ✓ Einnig fáanlegt sem Detensorgerð með rimlum í setu og bakstoð – fyrir aukna léttingu á hrygg og ákjósanlegt setuloftslag



BIOSWING

6 serían



Frammistaða mætir hönnun og fullkomnun

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur
BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ TrainBackMatic (samstilltur
búnaður)
- ✓ Ströngustu
vinnuvistfræðilegu kröfur
- ✓ Einnig fánlegt með
netbakstoð



Sérgerðin „Air“ með loftvirkri
leðri og lituðum áherslum



BIOSWING

660iQ AIR



Hannað fyrir hreyfingu.
Hannað til að anda.

- ✓ Öndunarhæft, gatað AIR-leður
- ✓ Átta litavalkostir með samræmdum hliðarútfærslum og andstæðum saumum
- ✓ BIOSWING 3D sætisbúnaður
- ✓ Stöðugar örhreyfingar
- ✓ Virkur stuðningur við stöðugleikavöðva
- ✓ Minna kyrrstöðuálag
- ✓ Hannað fyrir langa vinnudaga



BIOSWING

660iQ AIR





BIOSWING

7 serían

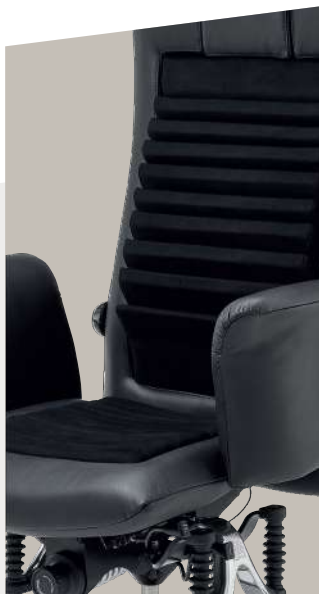


Ástríða fyrir hámarksárangri

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ TrainBackMatic (samstilltur búnaður)
- ✓ Ströngustu vinnuvistfræðilegu kröfur
- ✓ Áberandi bólstrunarhönnun úr hágæða nautaleðri, einnig fáanleg í 100% lífrænu, einstaklega mjúku ólífuleðri



- ✓ Einnig fáanlegt sem Detensor-gerð með rimlum í setu og bakstoð – fyrir aukna léttingu á hrygg og ákjósanlegt setuloftslag



Heilsa og vinnuvistfræði haldast í hendur

Sá sem vinnur að því að vernda
heilsu annarra þarf einnig að huga
að sinni eigin.

Kostirnir þínir í hnotskurn:

- ✓ Býður upp á mjög sveigjanlega setulausn
- ✓ Fáanlegt í fjölmörgum litum og með bólstrun sem þolir sóttþreinsiefni
- ✓ Veitir sjálfkrafa aukna hreyfingu
- ✓ Virkjar taugakerfið og heilann
- ✓ Samhæfir og stöðugar bakvöðvana
- ✓ Einstaklega þægilegt





oneUP



oneUP Easy
með bakstuðningi



oneUP Easy
með mjaðmastuðningi



Foxter

Vinnuvistfræði og heilsa

Fáðu ráðgjöf hjá einum af um 150 vinnuvistfræðisérfræðingum okkar og upplifðu sjálfur snjalla og aðlögunarhæfa BIOSWING-kerfið!

Frekari upplýsingar er einnig að finna á www.bioswing.ee

BIOSWING

oneUP



Upp og niður – og allt í kring

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ Samstilltur búnaður
- ✓ Jafnvægisstuðningur fyrir mjaðmagrind (valkostur)
- ✓ Hnakkastuðningur og armpúðar fáanleg sem valkostur



- ✓ Sérlega hagkvæm ECO-gerð fáanleg



BIOSWING

oneUP Easy



Fyrirferðarlítill alhliða lausn

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ Fáanlegt með jafnvægisstuðningi fyrir mjaðmagrind eftir ósk
- ✓ Fáanlegt í mörgum litum



- ✓ Fáanlegt með hágæða lækningavottaðri gervileðuráklæði sem þolir sóttþreinsiefni



BIOSWING

Foxter



Fyrirferðarlítill alhliða lausn

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ Fáanlegt í mörgum litum



- ✓ Fáanlegt með hágæða lækningavottaðri gervileðuráklæði sem þolir sóttþreinsiefni



LEIKSKÓLI

Vinnuvistfræði þar sem sveigjanleika er þörf

Fyrir alla sem gera frábæra hluti
á hverjum degi fyrir þau litlu.

Kostirnir þínir í hnotskurn:

- ✓ Býður upp á mjög sveigjanlega setulausn
- ✓ Fáanlegt í mörgum litum
- ✓ Með eða án mjaðmagrindarstuðnings
- ✓ Veitir sjálfkrafa aukna hreyfingu
- ✓ Virkjar taugakerfið og heilann
- ✓ Samhæfir og stöðugar bakvöðvana
- ✓ Einstaklega þægilegt





Foxy með
mjaðmastuðningi



Foxy

Vinnuvistfræði og heilsa

Fáðu ráðgjöf hjá einum af um 150 vinnuvistfræðisérfræðingum okkar og upplifðu sjálfur snjalla og aðlögunarhæfa BIOSWING-kerfið!

Frekari upplýsingar er einnig að finna á www.bioswing.ee

BIOSWING

Foxy



Heilbrigð hreyfing í leikskóla og heima

- ✓ Snjall, aðlögunarhæfur
BIOSWING 3D-setubúnaður
- ✓ Stöðugur og traustur
- ✓ Hvetur til virkrar setu í gegnum
leik
- ✓ Barnvæn hönnun og hæð
- ✓ Auðvelt í umhirðu efnis- eða
gervileðuráklæði
- ✓ Fáanlegt í mörgum litum



- ✓ Hentar einnig börnum
frá 5 ára aldri



SKYN- OG
HREYFIÐJÁLFUNAR-
KERFI

BIOSWING- tækni í meðferð



BIOSWING Posturomed – sem einnig byggir á sveifluprinsippinu – hefur haft varanleg áhrif á staðlaðan búnað meðferðarstofnana sem skynhreyfitæki til meðferðar, forvarna og mats. Það hefur jafnvel leitt til þróunar sjálfstæðrar meðferðaraðferðar: „Postural Pain Therapy“.

Meira en 50.000 meðferðaraðilar á endurhæfingarstöðvum, heilsugæslustöðvum og sjúkrabjálfunarstofum nýta þessa meðferðarmöguleika daglega. Hin útbreidda notkun í Þýskalandi, Austurríki og Sviss hefur aukið verulega fjölbreytni meðferðaraðferða á sviði tauga- og bæklunarendurhæfingar og skynhreyfimiðaðrar verkjameðferðar.



Meðferðaraðilar mæla með við sjúklinga sína: fyrst meðferð – síðan vinnuvistfræði. Með einstakri sveiflutækni sinni býður BIOSWING upp á ákjósanlegar lausnir á báðum sviðum.

ÞJÁLFUN
MEÐ BIOSWING

Fyrir líf fullt af hreyfingu

Hvort sem er fyrir líkamsrækt eða íþróttabjálfun, í hléi eða á skrifstofunni: BIOSWING Improve er tilvalið alhliða þjálfunartæki fyrir alla markhópa.





Með þessum hátæknilega sveiflustaf geturðu virkjað djúplæga vöðva sem gegna lykilhlutverki í að koma á stöðugleika í hryggnum, um leið og þú þjálfar markvisst kvið-, brjóst-, bak-, handleggs- og axlarvöðva. Sérstök dæmpunartækni dregur á áhrifaríkan hátt úr álagi á úlnliðs- og þumalfingursliði. Stafurinn bregst einnig einstaklega mjúklega við fingerðum sveiflum.

Einstakur eiginleiki þessara sveiflustafa eru tíðnistýringarnar tvær, sem gera kleift að stilla sveiflutíðnina að þörfum hvers og eins: fyrir hraða og mjög áhrifaríka þjálfun – eða með aðeins minna álagi.

BLOWING Improve: hinn fullkomni æfingafélagi þinn.

Viltu fá frekari upplýsingar um
BIOSWING-setukerfin?

Við veitum þér gjarnan ráðgjöf og finnum bestu
lausnina fyrir þínar einstaklingsbundnu þarfir.

BIOSWING á Norðurlöndum og á Baltikum

+372 5 22 10 66
info@bioswing.ee

www.bioswing.ee