



**GESUNDHEIT
BEIM SITZEN**

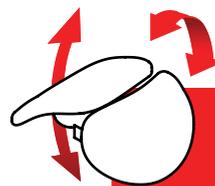
Warum das SALLI-KONZEPT funktioniert

Muskel-Skelett-Erkrankungen sind schmerzhaft – und teuer

Herkömmliche Stühle haben einen negativen Einfluss auf unsere Gesundheit und Produktivität. Unser Körper ist nicht für das Sitzen gemacht, dennoch verbringen wir jeden Tag etwa 12–15 Stunden im Sitzen, ohne uns wirklich darüber bewusst zu sein.

Eine ausreichende Versorgung des Körpers mit Sauerstoff und Nährstoffen ist ebenso essentiell wie der Abtransport von Abfallstoffen: Funktionen, die durch eine aktive Blut- und Lymphzirkulation gewährleistet werden können. Eine schlechte Sitzhaltung beeinflusst den gesamten Körper: Die gekrümmte Haltung führt zu Verspannungen und Schmerzen in der Nacken- und Schultermuskulatur. Der Druck der Wirbel auf die Bandscheiben ist ungleichmäßig verteilt, woraus im Laufe der Zeit eine Verkümmern der Bandscheiben entstehen kann.

Die Atmung ist flach und das Gehirn dementsprechend nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Kopfschmerzen und Ermüdungserscheinungen sind die Folge. Durch den verlangsamten Blut- und Lymphfluss schwellen die Beine an und es besteht ein höheres Risiko für die Entstehung von Krampfadern. Die Gedärme arbeiten langsamer und im Genitalbereich besteht ein unangenehmer Druck.



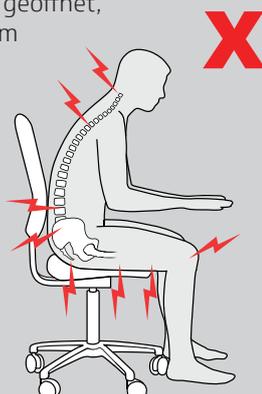
Ergonomie-Experten empfehlen aktives Sitzen, bei dem die Rumpfmuskulatur aktiviert wird und sich der Körper in Balance befindet. Bewegung sowie die Beanspruchung der Muskeln regt die Durchblutung an. Der Swing-Mechanismus des Salli Swing und Salli SwingFit ermöglicht eine Bewegung der Sitzfläche in alle Richtungen. Darüber kann statisches Sitzen vermieden und die Rumpfmuskulatur (Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur) aktiviert und trainiert werden.

Herkömmliches Sitzen

Wenn wir auf herkömmliche Weise sitzen, mit einem 90-Grad-Winkel in Hüfte und Knien, ist nicht nur unsere Körperhaltung schlecht, sondern auch unsere Körperbalance. Dies hat negative Auswirkungen auf den Großteil unseres Oberkörpers und schränkt die Durchblutung ein.

Die katastrophale Körperhaltung, die durch herkömmliche Sitzmöbel unvermeidlich entsteht, führt zu einer Dehnung und Verspannung der Rückenmuskulatur und somit zu Schmerzen. Die Wirbelgelenke der Wirbelsäule sind geöffnet, was den Druck auf die Bandscheiben um bis zu 30 Prozent erhöht. Auch eine Rückenlehne kann in diesem Fall nicht helfen, da durch den 90-Grad-Winkel in der Hüfte verhindert wird, dass das Becken nach vorne in seine natürliche Haltung gebracht wird.

Das Gewicht des Oberkörpers lastet ebenso auf den Oberschenkelrückseiten, dem Gesäß, dem Beckenboden und den Genitalien, was die Durchblutung in diesen Bereichen stark vermindert und somit eine Schwellung der Beine hervorrufen kann.

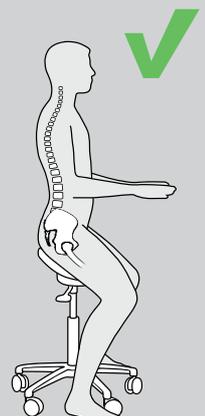


Reitähnliches Sitzen

Wenn wir auf einem zweigeteilten Sattelstuhl sitzen, wird die Durchblutung möglichst wenig gestört. Das Körpergewicht wird hauptsächlich von den Knochen (Sitzbeinhöcker, Ellbogen und Füße) getragen, so dass kein Druck auf das Weichteilgewebe ausgeübt wird.

Auf einem geteilten Sattelstuhl sind die Oberschenkel gespreizt und zeigen nach unten, sodass im Hüftgelenk ein Winkel von etwa 135 Grad entsteht. Dadurch kippt das Becken automatisch nach vorne und der Rücken nimmt eine entspannte und natürliche Haltung ein. Die Haltung des Oberkörpers ist in Balance, ähnlich wie im Stehen. Die Durchblutung wird weder durch Muskelverspannungen noch durch große Druckflächen gestört.

Durch die verbesserte Durchblutung und die tiefere Atmung, die aus der aufrechten Haltung resultiert, kann eine ausreichende Versorgung des Körpers mit Sauerstoff und Nährstoffen gewährleistet werden.



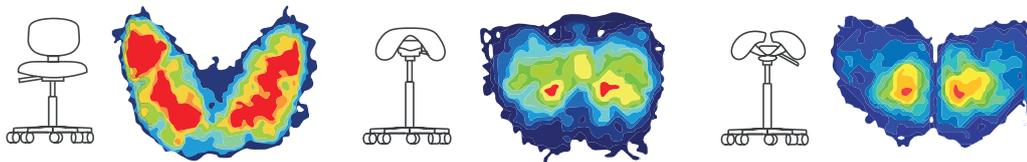
Belastung durch Sitzdruck

Der durch herkömmliches Sitzen verursachte Druck schadet dem Becken, dem Steißbein, dem Beckenboden und dem Genitalbereich. Dieser Druck wiederum scheint Verdauungsprobleme zu verschärfen, die innere Beckengesundheit zu beeinträchtigen sowie Erektionsstörungen zu verursachen.

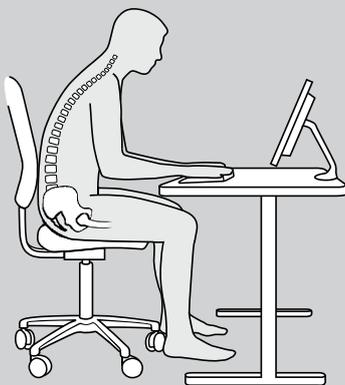
Insbesondere Männer lehnen sich auf herkömmlichen Stühlen häufig zurück, um den Druck im Genitalbereich zu minimieren. Dies resultiert in Rückenschmerzen, da sich der Rücken nicht in einer geraden Haltung befindet.

Auf einem ungeteilten Sattelsitz ist der Druck auf die Beckenöffnung noch größer. Der Körper versucht unbewusst diesen Druck zu entlasten, indem das Becken nach hinten kippt und somit eine ungesunde Rundung im unteren Rücken entsteht. Sind die Rückenschmerzen bereits so groß, dass diese Krümmung schmerzhafter und unangenehmer ist als der Druck im Genitalbereich, kann ein Taubheitsgefühl in den Genitalien die Folge sein.

Beim Sitzen auf einem zweigeteilten Sattelstuhl ist der Druck auf die Sitzbeinhöcker konzentriert. Demzufolge ist der Druck auf das Weichteilgewebe geringer und die Haltung ist ausbalanciert. Des Weiteren wird die Durchblutung nicht gestört.



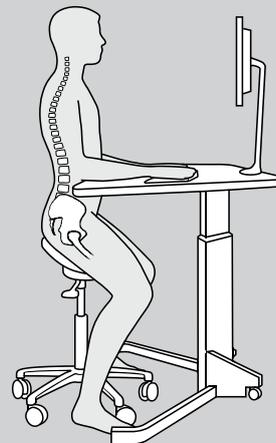
Traditioneller Arbeitsplatz



Schlechte Blut- und Lymphzirkulation

- ♥ Kopfschmerzen
- ♥ Schulterverspannungen
- ♥ Schlechte Körperhaltung
- ♥ Flache Atmung
- ♥ Verdauungsprobleme
- ♥ „Mausarm“-Syndrom
- ♥ Lendenwirbelschmerzen
- ♥ Entstehung von Cellulite
- ♥ Schlechte Genitalgesundheit
- ♥ Gelenkschmerzen
- ♥ Krampfadern

Salli Arbeitsplatz



Verbesserte Blut- und Lymphzirkulation

- ♥ Aktives Gehirn
- ♥ Entspannte Schultern
- ♥ Bessere Haltung
- ♥ Tiefere Atmung
- ♥ Bessere Verdauung
- ♥ Gesunder Rücken
- ♥ Bessere Durchblutung im Gesäß
- ♥ Bessere Genitalgesundheit
- ♥ Schonung der Gelenke
- ♥ Gute Durchblutung der Beine

Salli Sattelstühle



SALLI SWINGFIT

Das Swing-Element des Salli SwingFit ermöglicht eine 3-D-Bewegung der Sitzfläche in alle Richtungen ohne einen zusätzlichen Einstellungshebel. Aufgrund der verstellbaren Sitzbreite ist dieser Stuhl exzellent für diejenigen geeignet, die einen schmaleren Sitz bevorzugen.



SALLI SMALL SWINGFIT

Durch die kleinere Sitzfläche ist dieser Stuhl besonders beliebt bei Menschen unter 170 cm. Der Swing-Mechanismus ermöglicht ein aktives Sitzen über den gesamten Tag. Aufgrund der verstellbaren Sitzbreite ist dieser Stuhl exzellent für diejenigen geeignet, die einen schmaleren Sitz bevorzugen.



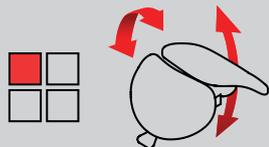
SALLI MULTIADJUSTER

Ein exzellenter, vielseitiger und ergonomischer Stuhl für beide Geschlechter, da die umfangreichen Einstellmöglichkeiten diesen Stuhl sehr vielseitig machen. Über die Neigungswinkelverstellung kann vermieden werden, dass der Rücken beim Beugen nach vorne ungesund gekrümmt wird.

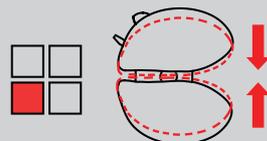


SALLI SMALL MULTIADJUSTER

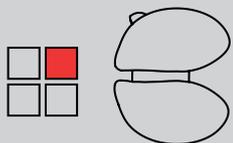
Durch die kleinere Sitzfläche ist dieser Stuhl besonders beliebt bei Menschen unter 170 cm. Ein exzellenter, vielseitiger und ergonomischer Stuhl für beide Geschlechter, da die umfangreichen Einstellmöglichkeiten diesen Stuhl sehr vielseitig machen. Über die Neigungswinkelverstellung kann vermieden werden, dass der Rücken beim Beugen nach vorne ungesund gekrümmt wird.



Swing-Mechanismus



Verstellbare Sitzbreite



Feste Sitzbreite



Neigungswinkelmechanismus

POLSTERMÖGLICHKEITEN

Salli-Stühle sind je nach Einsatzbereich mit unterschiedlichen Bezugsmöglichkeiten erhältlich. Für den normalen Einsatz im Büro empfehlen wir unser atmungsaktives Echtleder, während für Labore das Kunstleder besser geeignet ist, da es leicht desinfiziert werden kann.

Für Industriebereiche bieten wir auch feuerfeste Schutzbezüge an. Die ESD-Materialien sind sehr gut für die Elektronikindustrie geeignet, wobei diese auch im normalen Büroumfeld, wo statische Aufladung ein bekanntes Problem darstellt, eingesetzt werden können.



SALLI SWING

Das Swing-Element des Salli SwingFit ermöglicht eine 3-D-Bewegung der Sitzfläche in alle Richtungen ohne einen zusätzlichen Einstellungshebel. Aufgrund der verstellbaren Sitzbreite ist dieser Stuhl exzellent für diejenigen geeignet, die einen schmalen Sitz bevorzugen.



SALLI CARE SWINGFIT / SWING

Der ergonomische Sitz des ökologischen Salli Care SwingFit / Swing setzt sich aus vier Lederstreifen zusammen, die mit feinen Nähten verbunden und veredelt wurden. Der Stuhl ist nur in Lederfarbe schwarz erhältlich.



Salli Care SwingFit



Salli Care Swing



SALLI TWIN

Die ideale Wahl, wenn mehrere Personen denselben Stuhl nutzen müssen und nur wenig Zeit für eine individuelle Einstellung vorhanden ist.

**Standardmäßig mit Neigungswinkelverstellung, auf Anfrage auch ohne Neigungswinkelverstellung*



SALLI LIGHT

Salli Light liefert beste Ergonomie zum kleinen Preis und ist in 3 Modellen (siehe unten) lieferbar. Standardmäßig mit schwarzer Gasdruckfeder und Kunststofffußkreuz erhältlich (Aluminiumfußkreuz optional möglich). Einteiliges Sitzteil mit Vertiefung und Stoffhaube in schwarz, rot oder grau.

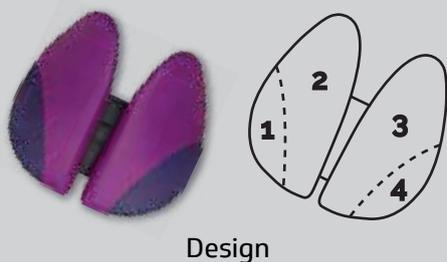
 Salli Light Basic
(nur Höhenverstellung)

 Salli Light Tilt
(Höhen- und Neigungswinkelverstellung)

 Salli Light Swing
(Höhenverstellung und Swingmechanismus)

Designen Sie Ihren eigenen Salli

Wählen Sie Ihre Farbkombination für die Modelle Swing, SwingFit, MultiAdjuster oder Twin. Es können bis zu 6 unterschiedliche Farben miteinander kombiniert werden.





ALLROUND

Kann in alle Richtungen und um die eigene Achse bewegt werden. Kann als Stütze für einen oder beide Arme oder als Stretching Support für den Rücken verwendet werden.



ELBOW REST

Perfekt geeignet für Präzisionsarbeiten oder für jegliche Tätigkeiten, bei denen die Arme eine Unterstützung benötigen. Kann um 180 Grad gedreht werden.



ELBOW TABLE

Ein kompakter und vielseitiger Arbeitsplatz. ErgoRoll inklusive.



STRETCHING SUPPORT

Zum kurzzeitigen Dehnen des Rückens gedacht. Eine Rückenlehne ist überflüssig, da die Wirbelsäule in einer ausbalancierten Haltung den Oberkörper so stützt, dass die Muskulatur entspannt ist und somit nicht ermüdet.



FOOT SUPPORT

Das perfekte Accessoire zum Stützen der Füße bei höheren Arbeitspositionen. Nur zur vorübergehenden Nutzung empfohlen; Ø 460 mm.



TOP & BOTTOM

Ermöglicht es, die Sitzhöhe ohne manuelle Hebelbedienung zu regulieren. Ideal für Bereiche, bei denen Hygiene eine wichtige Rolle spielt.

Technische Eigenschaften der Salli Stühle

Polsterung	:	Siehe oben genannte Optionen. Lederfarben sind auf unserer Webseite zu finden.
Sitzplatten	:	3 mm Stahlplatten; schwarz lackiert. Die ESD-Platte ist unlackiert.
Gasdruckfeder	:	4 Längen; Farbe Schwarz oder Chromfarben.
Höhenverstellung	:	Standardmäßig per Hand; Top & Bottom (Fußhöhenverstellung) erhältlich.
Neigungswinkel-Mechanismus	:	Standardmäßig bei den Modellen MultiAdjuster, Twin, Stainless und Strong.
Swing-Mechanismus	:	Swing, SwingFit, Care Swing, Care SwingFit und Light Swing.
Fußkreuz	:	Standardmäßig aus Aluminium (Ø 540 mm) Schwarz oder Chromfarben.
Rollen	:	Standardmäßig Ø 65 mm weiche Standardrollen.
Maximalbelastung	:	120 kg; Salli Strong 150 kg, Salli Light 100 kg.
Garantie	:	Stühle (außer Salli Light) 10 Jahre; Salli Light, Tische und Zubehör 2 Jahre; Salli Driver 1 Jahr.

GASDRUCKFEDERN



Körpergröße des Nutzers (cm)

	Swing SwingFit	Twin MultiAdjuster
Mini*	–	–
Kurz	unter 165	unter 160
Medium	160–185	155–180
Lang	über 175	über 170

* Die Mini-Gasdruckfeder ist für spezielle Arbeitsumgebungen gedacht; die Verwendung ist abhängig von der Arbeitshöhe, nicht der Körpergröße des Nutzers.

Stuhlhöhen (mm, min–max)

	Swing	SwingFit	Twin	MultiAdjuster
Mini	435–525	445–535	420–510	435–525
Kurz	490–625	500–635	465–600	480–615
Medium	580–765	590–780	570–750	565–750
Lang	645–905	665–925	620–880	635–895

Achtung! Wenn Sie Industrie- oder Inlinerollen wählen, ist der Stuhl 35 mm höher als in den Maßangaben der Tabelle angegeben.

FUßKREUZE



Salli Fußkreuz

- Ø 560 mm, Aluminium
- Chromfarben matt oder Scharz

Standard-Fußkreuz

- Ø 540 mm, Aluminium
- Chromfarben oder Schwarz

Kunststoff-Fußkreuz

- Ø 580 mm
- Schwarz

Großes Fußkreuz

- Ø 600 mm, Aluminium
- Chromfarben oder Schwarz

Extra großes Fußkreuz

- Ø 700 mm, Aluminium
- Chromfarben mit schwarzen Gummikappen
- Für Elbow Table

ROLLEN



Standard, weich

- Ø 65 mm
- Für harte Böden



Standard, hart

- Ø 65 mm
- Für weiche Böden & Teppichböden



Groß, weich

- Ø 75 mm
- Für unebene Böden und dicke Teppichböden



Hart, aufmachbar

- Ø 62 mm
- Können zur Reinigung leicht geöffnet werden



Weich, gebremst

- Ø 65 mm
- Für harte Böden



Weich, blockierend bei Entlastung

- Ø 65 mm
- Für harte Böden; blockieren, wenn Stuhl unbelastet ist



Hart, blockierend bei Belastung

- Ø 50 mm
- Rollen blockieren, wenn Stuhl belastet wird



Weich, manuell blockierbar

- Ø 65 mm
- Stuhl kann frei rollen oder manuell blockiert werden



Standfüße

- Für statische Arbeiten
- Farbe: schwarz



Industrierollen

- Ø 75 mm
- Vollgummi, für unebene Böden (z.B. Beton, raue Bödenbeläge)



Inline-Rollen

- Ø 75 mm
- Vollgummi, für beste Beweglichkeit auf vielen Bödenbelägen

Salli® Sattelstühle werden komplett in der eigenen Manufaktur von Salli Systems in dem malerischen Dorf Rautalampi in Mittelfinnland hergestellt. Jeder der qualitativ hochwertigen Stühle ist handgefertigt. Das Unternehmen verfolgt ein strenges Qualitätskontrollsystem, bei dem in jeder Produktionsphase stets bestimmte Qualitätsmerkmale eingehalten werden müssen.

Salli Übersicht



SWING

Der Swing-Mechanismus ermöglicht eine 3D-Bewegung des Sitzes in alle Richtungen.



SWINGFIT



TWIN

Standardmäßig mit Neigungswinkelverstellung; ohne auf Anfrage erhältlich.
Feste Sitzbreite.



MULTIADJUSTER

Für alle, die eine Neigungswinkelverstellung bevorzugen.
Verstellbare Sitzbreite.



CARE

Modelle: SwingFit, SwingFit Small, Swing, MultiAdjuster, MultiAdjuster Small und Twin

Swing-Mechanismus	x	x	-	-	x
Neigungswinkel-Mechanismus	-	-	x / -	x	-
Breiteneinstellung	-	x	-	x	- / x
Sitz	Swing	SwingFit SwingFit Small	Twin	MultiAdjuster MultiAdjuster Small	siehe oben
Bezug (Echtleder, wenn nicht anders angegeben)	Echtleder Kunstleder ESD	Echtleder Kunstleder ESD	Echtleder Kunstleder ESD	Echtleder Kunstleder ESD	Echtleder schwarz
Gasfeder (Medium in Chrom, wenn nicht anders angegeben)	Mini, Kurz, Medium, Lang	Mini, Kurz, Medium, Lang	Mini, Kurz, Medium, Lang	Mini, Kurz, Medium, Lang	Mini, Kurz, Medium, Lang
Fußkreuz (Medium in Chrom, wenn nicht anders angegeben)	alle	alle	alle	alle	Kunststoff-Fußkreuz / Standard-Fußkreuz
Rollen (ø 65 mm, weich, wenn nicht anders angegeben)	alle	alle	alle	alle	alle
Gewicht (kg)	10	11	10,5	11	10
Allround	X (ø 600 mm Fußkreuz)	X (ø 600 mm Fußkreuz)	X (ø 600 mm Fußkreuz)	X (ø 600 mm Fußkreuz)	X (ø 600 mm Fußkreuz)
Elbow Rest	-	-	x	x	-
Ergorest	-	-	x	x	-
Stretching Support	-	-	x	x	-
Top & Bottom	x	x	x	x	x
Foot Support	x	x	x	x	x
Elbow Table	-	-	x (o. Neigungswinkelverstellung)	-	-

Vertrieb durch:

THERALANDO
PROFESSIONELLE THERAPIE- & MEDIZINPRODUKTE

www.theralando.com

Alte Dorfstraße 52
31632 Husum-Bolsehle

+49 5027 902728
info@theralando.com