



Fahrrad fahren im Büro? Kein Problem mit Sit-Fit.

Gute Beinarbeit Strampeln unterm Schreibtisch

Langes, starres Sitzen schadet der Gesundheit. Aktives, bewegtes Sitzen hingegen regt den Geist an und sorgt für positive Stimmung. Der Ellipsentrainer Sit-Fit vom Fitnessgerätehersteller skandika sorgt aber nicht nur dafür, sondern verbessert ganz nebenbei auch die Ausdauer. Mit ihm wird das Büro zum Trainingsplatz.

Das Gerät ist mit knapp 14 kg kein Leichtgewicht, verfügt dadurch aber über die nötige Stabilität, um nicht zu verrutschen. Mit den Maßen 60 x 51 x 31 cm verschwindet es unter jedem Schreibtisch und lässt genug Platz für die Knie und Oberschenkel zum Radeln. Durch das 1,5 kg schwere Schwungrad und die acht manuell verstellbaren Widerstandsstufen findet sich ein Modus für jeden Benutzer. Erfahrene Radfahrer werden mit dem höchsten Widerstand eine passende Herausforderung finden, auf der leichtesten Stufe kann relativ entspannt in die Pedale getreten werden.

Ein kleiner Multifunktionscomputer zeigt relevante Werte wie Trainingszeit, Wiederholungen und Kalorienverbrauch an. Mit einem Knopfdruck lässt sich zwischen den einzelnen Daten wechseln. Für eine Teilnahme an der Tour de France wird seine Nutzung nicht ausreichen, aber um am Arbeitsplatz in Bewegung zu bleiben, dafür ist der kleine Apparat sehr gut geeignet.

| > Mehr unter: www.skandika.com

www.OfficeABC.DE

A+4

INTERNATIONALE FACHMESSE
MIT KONGRESS

- PERSÖNLICHER SCHUTZ
- BETRIEBLICHE SICHERHEIT
- GESUNDHEIT BEI DER ARBEIT

17. - 20. OKTOBER 2017
DÜSSELDORF, GERMANY

DER MENSCH ZÄHLT.

**GESUNDHEIT BEI DER ARBEIT
HEISST GESUNDHEIT NACH
DER ARBEIT.**

Wer gesund von der Arbeit kommt, hat mehr vom Leben – und mehr Energie und Motivation für den nächsten Arbeitstag. Die Nr.-1-Fachmesse bietet neue Erkenntnisse aus der Arbeitsmedizin, innovative Ansätze für Arbeitsplatzgestaltung und Ergonomie, Lösungen für Prävention und Therapie.

www.aplusa.de/gesundheit



Messe
Düsseldorf