

activeLifeTrainer



Vital-Office®



In Bewegung bleiben - gesund und fit sein - beim Arbeiten, Lesen, Schreiben, Computerspielen, Fernsehen, Chillen, Surfen, Kartenspielen, Dinieren, uvm.

ActiveLife Trainer ist ein elliptischer Untertischergometer, den Sie spielend leicht mit Ihrem Bürostuhl verbinden, indem Sie mit einem Stuhlrads in die Verbindungsplatte rollen. Eine Verbindung, die Sie durch einfaches Herausrollen ebenso spielend leicht wieder lösen können. Noch kurz den magnetischen Tretwiderstand am activeLife Trainer einstellen und schon haben Sie die Möglichkeit, sich am Schreibtisch zu bewegen so viel Sie möchten.

ActiveLife Trainer erlaubt eine natürliche Beinbewegung, die der beim Gehen entspricht. Sie können hierbei den Tretwiderstand in acht Stufen ganz individuell so bestimmen, daß Sie zwar spürbar Ihre Muskeln benutzen, jedoch ohne je außer Atem zu geraten oder gar zu schwitzen. Ein geringer Tretwiderstand entspricht hierbei einem bummelnden Spaziergang, ein hoher Tretwiderstand einer ambitionierten Bergwanderung.

Durch den eingebauten Bluetooth Smartsensor, können Sie wichtige Parameter Ihres Trainings in Echtzeit auf Ihrem iOS (Apple) oder Android Gerät verfolgen.

ActiveLife Trainer wurden in den USA von Prof. Dr. Christoph Leonhard entwickelt und sind international patentrechtlich geschützt.

Die Wirksamkeit von elliptischen Untertischergometern zur Bewegungsförderung am Arbeitsplatz wurde in mehreren Studien an namhaften deutschen und US-amerikanischen Instituten und Universitäten erwiesen.

Wissenschaftlich wurde festgestellt, daß die Produktivität am Arbeitsplatz durch die Benutzung nicht einschränkt wird, sondern sich über mehrere Wochen sogar verbessert. Auch



wurden in Studien bei Benutzern solcher Ergometer positive gesundheitliche Veränderungen festgestellt, wie zum Beispiel Gewichtsverlust, Reduzierung des Hüftumfangs und Senkung der ruhenden Herzfrequenz.

- Paßt unter jeden Tisch
- Sichere Verbindung mit jedem Schreibtischstuhl
- Leichte Bewegung - kein Schwitzen oder „Schnaufen“
- Sicherer Sitz - kein Ausrutschen und kein Fallen
- Natürliche elliptische Fußbewegung - wie beim Spaziergehen
- Beine bleiben niedrig, Ihre Knie schlagen nicht am Tisch an.
- Sehr leises System. Virtuell nicht hörbar

Produktspezifikationen:

- Elliptischer Untertischergometer mit Bluetooth Schnittstelle
- Tretwiderstand einstellbar von 2-40 Watt in 8 Stufen
- Maße: (BTH) 760x550x370mm
- Gewicht: 13.5kg Netto
- Zertifikate: CE (EN ISO 20957-1:2013 - EN 957-8:1998), RoHS (2011/35/EU), und WEEE.

Tertiärprävention (Reha) und Sekundärprävention (z.B. Übergewicht):

In der Entwicklung von activeLife Trainer stand von Anfang an die Bekämpfung von Bewegungsmangel im Vordergrund. Wir haben uns mit unseren Forschungsprojekten sowohl auf Primärprävention bei Büroangestellten aber auch auf Sekundärprävention bei Menschen mit Übergewicht konzentriert. Fachartikel und weitere Quellenangaben zu diesem Thema finden Sie auf <http://www.vital-office.de/activelifetrainer>.

Da aber Bewegungsförderung auch in der Tertiärprävention / Reha oft indiziert ist, ist es in der Tat so, dass Patienten diesen elliptischen Untertischergometer in den USA und anderen Ländern häufig auch für Rehabilitationszwecke verwenden.



jetzt kaufen und testen für nur:

295,- €

inklusive MwSt (248,- € ohne MwSt)
inklusive frei Haus Lieferung in
Deutschland.

Falls Sie wider Erwarten nicht mit dem
activelifetrainer zurecht kommen,
nehmen wir das Gerät innerhalb 14
Tagen originalverpackt wieder zurück.

Erstattet wird der Produktpreis,
abzüglich eventuelle Reparaturarbeiten
oder Minderungen aufgrund von
vorsätzlichen Beschädigungen. Die
Transportkosten in Höhe von 15,-€ pro
Versandweg werden nicht erstattet.

**Produktqualität: activeLifeTrainer
entspricht dem Standard für
Profigeräte.**



**Die Verwendung von activeLife Trainer, mit ärztlicher Genehmigung,
könnte vor allem bei den folgenden Diagnosen hilfreich sein:**

1. Bei Typ-2-Diabetes, denn activeLife Trainer kann dabei helfen, den Bewegungsmangel zu bekämpfen, der für viele Diabetes Patienten ein Risikofaktor ist.
2. Bei Herz- und Kreislauferkrankungen. Regelmäßige Nutzung führt u.A. zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit des Herzens, d.h. zur Senkung der ruhenden Herzfrequenz. Bei Schlaganfall, ist hierbei gerade auch die sitzende Benutzung besonders hilfreich.
3. Bei Übergewicht und Adipositas, da nachgewiesenermaßen selbst bei niedrigem Tretwiderstand activeLife Trainer den Energieumsatz im Vergleich zum Sitzen oder Stehen gut verdoppelt. Deshalb kann die regelmäßige Benutzung von activeLife Trainer Patienten dabei helfen, Gewicht zu verlieren und führt, wie wissenschaftlich nachgewiesen, zusätzlich zur Reduzierung des Fettanteils der Körpermasse. Gerade bei Adipositas ist die sitzende körperliche Betätigung von großem Vorteil weil sie nicht nur gelenkschonend ist, sondern
4. auch die Gefahr von Stürzen so gut wie ausschließt.
4. Bei Krampfadern oder Thrombosen in den Beinen, da die Beinbewegungen die Venenpumpe aktivieren und so Krampfadern und dem Thromboserisiko entgegenwirken.
5. Bei Reha nach Hüft- oder Knieoperation, hierbei ist es wieder besonders hilfreich, dass das Körpergewicht bei der sitzenden Benutzung von activeLife Trainer vom Stuhl getragen wird.
6. Bei Restless-Legs-Syndrom, besonders bei Patienten, die wegen Bewegungsdrang sitzende Tätigkeiten nur schwer verrichten können.
7. Bei ADHS / Hyperaktivitätsstörung sowohl bei Jugendlichen wie Erwachsenen. Hier wirken sich die Beinbewegungen häufig konzentrationsfördernd aus. Übrigens kann activeLife Trainer von Kindern und Jugendlichen ab einer Körperlänge von ca. 127 cm benutzt werden.



Stabiler Stahlrahmen, hochwertige Kugellagerführungen, berührungslose magnetische Einstellung des Tretwiderstandes



Transportrollen



Verbindungsplatte mit ihren vier Öffnungen damit der Stuhl nicht wegrollt.

Prof. Dr. Christoph Leonhard, Ph.D. ABPP



ist Professor an der Chicago School of Professional Psychology at Xavier University of Louisiana in New Orleans, Louisiana in den USA. Nach fünf Jahren als Dozent an der medizinischen Fakultät der Harvard Universität, folgte er einem Ruf nach Chicago wo er seit

2009 im Rahmen seiner Forschung auf dem Gebiet der Verhaltensmedizin elliptische Sitzergometer zur Vermeidung von Bewegungsmangel bei Büroarbeit entwickelt. Die Hauptaspekte der von ihm entwickelten Technologie sind mehrfach patentrechtlich in Deutschland und international geschützt.

Die Wirkung der von Professor Leonhard entwickelten Geräte, wie activeLife Trainer™, wurde mehrfach in unabhängigen wissenschaftlichen Studien von namhaften Universitäten und Instituten in den USA, Deutschland, und den Niederlanden nachgewiesen.

ActiveLifeTrainer - Wissenschaftliche Studien und Tests

Studien belegen: Der ActiveLifeTrainer erhöht die physikalische Aktivität bei Bürotätigen und unterstützt die Gesundheit, bzw. Gesunderhaltung.

Dabei arbeiten wir seit 2012 u.A. mit dem Institut für Arbeitsschutz (IFA) der deutschen gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) zusammen und haben die erste Phase eines Feldversuchs bei der Telekom in Bonn mit großem Erfolg abgeschlossen.

Wir haben in den letzten Jahren viel mit verschiedenen Stakeholdern gearbeitet, u.A. haben wir in Zusammenarbeit mit dem DGUV ca. 150 internationale Ergonomiefachleute aus Deutschland, den USA und ca. 25 anderen Ländern unsere Geräte ausprobieren lassen und sie dann befragt. Das so erlangte Wissen wurde in die Konzeption der neuen Gerätegenerationen eingebracht.

**Einfach anrufen, faxen oder mailen,
informieren und bestellen bei:**



Warum der Smartsensor im activeLife Trainer wichtig ist.

Jeder activeLife Trainer ist mit einem Smartsensor ausgestattet, der mit den Android und Apple iOS Betriebssystemen kompatibel ist. Dadurch können diese elliptischen Untertischergometer mit vielen Fitness Armbändern und fast allen in den letzten Jahren produzierten Android oder Apple Smartphones und Tablets verwendet werden. Der eingebaute Smartsensor verwendet dabei das Bluetooth Low Energy (BLE) Protokoll dessen Datenaustausch auf dem international offenen Standard für die Übertragung von Geschwindigkeit und Trittfrequenz beim Fahrradfahren basiert. Dadurch können Sie viele kostenlose Fahrrad Apps, wie Wahoo Fitness oder Cateye Cycling verwenden. Im Laufe der Zeit legen die meisten activeLife Trainer Benutzer so eine beeindruckende Strecke zurück und verbrennen dabei tausende Kalorien - was dauerhaft zur weiteren Nutzung von activeLife Trainer motiviert!

