



Lehdistötiedote 24.3.2011

Syvät lihakset kesäuntoon istuen

Keskivartalon alueen lihasten harjoittaminen on avainasemassa selän alueen hyvinvoinnissa. Oikea työasento korostuu erityisesti silloin, kun liikunta jää vähäiseksi. Humantool kehittää lihaksia istuessa.

Väärästä istuma-asennosta ja sen aiheuttamasta liikkeen puutteesta johtuvat selkävaivat ovat suomalaisten yleisimpiä terveysongelmia ja toiseksi suurin yksittäinen syy työpoissaoloihin.

Suomalaisen innovaation Humantool-tasapainoistuimen pallomainen rakenne pitää selän sen tarvitsemassa liikkeessä ja pakottaa pitämään keskivartalon aktiivisena.

– Humantool eroaa satulatuolista juuri kuperan pohjan osalta. Kun istuin asetetaan tuolille, se pitää selän jatkuvassa liikkeessä. Näin ryhti pysyy hyvänä ja selkä saa kaipaamansa harjoituksen itsestään, selvittää tuotteen kehittäjä **Antti Limingoja** Humantool Oy:stä.

Humantool on myös erinomainen keino ennaltaehkäistä selän alueen ongelmia.

– Olemme aloittaneet äskettäin yhteistyön Suomen Selkäliiton kanssa. Tähtäimessämme on panostaa yhdessä ennaltaehkäisevään valistustyöhön, ja tässä Humantool on erinomainen apuväline, Limingoja linjaa.

Humantoolin tutkittuja terveysvaikutuksia ovat mm:

- Keskivartalon syvät lihakset ja lantionpohjanlihakset vahvistuvat, mikä auttaa mm. hallitsemaan virtsankarkailua.
- Aineenvaihdunta ja verenkierto paranevat, olo on virkeämpi.
- Liike vapauttaa selän jännitystiloja ja hermojen välinen paine laskee liikkeen ansiosta.
- Hartia- ja niskanseudun lihasten jännittämisen tarve pienenee, kun alaselän asento paranee.
- Syvien lihasten joutuminen työhön lisää energian eli kalorien kulutusta.
- Istuin toimii myös kuntoiluvälineenä, joten vartalo kiinteytyy ja hoikistuu istujan aktiivisuudesta riippuen.

Kevään kunniaksi markkinoilla on rajoitetun ajan uudet värit: pirteä pinkki, keväänvihreä, trendikäs violetti sekä raikas turkoosi ja oranssi.

Tuotteen mukana tulee istuimelle suunniteltu liikuntaohjelma, joka ylläpitää tehokkaasti työergonomiaa. Istuin on helppo kuljettaa mukana ja se voidaan asettaa minkä tahansa tuolin päälle. Istuimen mukana tulee aina erillinen napakoittava alusta mm. pehmeitä ja upottavia työtuoleja varten.



Lehdistötiedote 24.3.2011

Lisätietoja ja testipyynnöt:

Humantool Oy
Antti Limingoja
info@humantool.fi
puh. 010 666 75 00
www.humantool.fi

Humantool Oy on vuonna 1984 perustettu yritys, joka sijaitsee Perämeren pohjukassa Pyhäjoen rannikolla. Yli neljännesvuosisadan kokemus terveystuotteiden kehittäjänä ja yhteistyö Suomen terveysalan ammattilaisten kanssa on antanut perspektiiviä ja tietoa ihmisen kehon toiminnasta ja tarpeista.

Kehomme tarvitsee liikettä ja harjoitusta länsimaisen staattisen elämäntyylin vastapainoksi. Humantool tuotteet tukevat ja aktivoivat kehomme luontaista toimintaa, kuten liikkeen säilymistä ja ylläpitoa selän rakenteissa