

SISSEL SITFIT SITFIT Plus

Poduszka sensomotoryczna do siedzenia i ćwiczeń



Bezpieczny i wygodny sposób na poprawę pozycji ciała podczas siedzenia. Poręczna i łatwa alternatywa dla piłek gimnastycznych - ergonomiczna, dynamiczna i praktyczna.

SISSEL SITFIT / SITFIT Plus to przenośne, pompowane poduszki sensomotoryczne do aktywnego siedzenia, które oprócz kształtowania właściwej postawy ciała, mogą być stosowane jako przyrząd do ćwiczeń w pozycji siedzącej, stojącej lub leżącej (na wznak, na boku i na brzuchu).

Poduszka SISSEL SITFIT to przede wszystkim dynamiczna poduszka do siedzenia. Może być również umieszczona pod stopami, umożliwiając wykonywanie ćwiczeń nóg podczas długotrwałego siedzenia.

Dynamiczne siedzenie wzmacnia mięśnie stabilizujące pleców i odciąża kręgosłup. Poduszka przeznaczona jest zwłaszcza dla osób spędzających wiele godzin w pozycji siedzącej w pracy lub w domu. Ponadto może być pomocna podczas siedzenia dla niespokojnych, ruchliwych dzieci, np. w szkole.

SISSEL SITFIT mają antypoślizgową powierzchnię i są bezpieczne w użytkowaniu, co sprawia, że są doskonałym wyborem dla osób rezygnujących z korzystania z piłek gimnastycznych ze względu na ich wielkość i niestabilność.

Wskazania

- bóle pleców (w odcinku lędźwiowym, piersiowym i szyjnym)
- bóle głowy spowodowane wadami postawy
- zaburzenia równowagi mięśniowej w obrębie tułowia
- bóle pleców i kręgosłupa wywołane długotrwałym siedzeniem

Przeciwwskazania

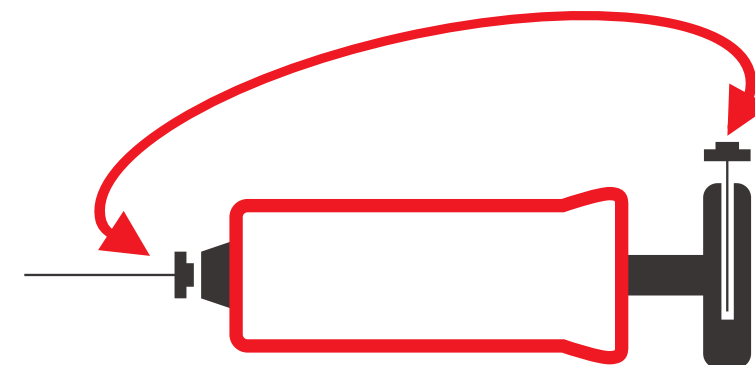
- niestabilne przemieszczenia kręgosłupa lub miednicy
- otwarte rany w obrębie stosowania poduszki
- wszelkie dolegliwości, które według opinii prowadzącego lekarza lub terapeuty stanowią przeciwwskazanie do stosowania poduszki do siedzenia dynamicznego



Początkowo siedzenie na SISSEL SITFIT / SITFIT PLUS należy ograniczyć do kilku minut, aby umożliwić przyzwyczajenie się ciała do nowej pozycji siedzenia. Czas ten powinien być stopniowo wydłużany o kilka minut każdego kolejnego dnia. W okresie przystosowywania należy siedzieć na zmianę na zwykłym krześle i poduszce sensomotorycznej.

Ćwiczenia z poduszką SISSEL SITFIT wzmacniają mięśnie pleców, dna miednicy, nóg i rąk. Mogą być przeprowadzane w pozycji stojącej, siedzącej i leżącej na plecach, boku i brzuchu. Twardość poduszki może być dostosowana do indywidualnych potrzeb użytkowników dzięki regulacji ilości powietrza przy pomocy pompki igłowej. Pompka dołączona jest tylko do poduszki SITFIT PLUS.

Uwaga! Igła znajduje się w ręczce pompki.



Pompka igłowa umożliwia zwiększenie lub zmniejszenie ilości powietrza w poduszce. W tym celu należy dokręcić końcówkę igły do pompki i ostrożnie wcisnąć ją w zaworek w poduszce. Aby zwiększyć ilość powietrza wystarczy po umieszczeniu igły pompki w wentylu rozpocząć pompowanie. Do wypuszczenia powietrza wystarczy użycie samej igły – po jej umieszczeniu w wentylu należy nieznacznie uciskać boki poduszki do momentu osiągnięcia właściwej twardości. Po regulacji należy usunąć igłę z zaworka.

Uwaga! Podczas dopompowywania lub wypuszczania powietrza z poduszki należy zachować szczególną ostrożność, aby nie przebić igłą wewnętrznej membrany lub przeciwległej ścianki poduszki. Pomocne może być delikatne ściśnięcie poduszki między kolanami lub przedramieniem, tak aby utworzyć wybrzuszenie wokół wentylka.

W zależności od temperatury otoczenia poduszka może początkowo sprawiać wrażenie zbyt chłodnej, lecz w ciągu kilku minut dostosuje się ona do temperatury ciała użytkownika. Dostępne są również welurowe, przyjemne w dotyku poszewki na poduszki SITFIT i SITFIT PLUS, które mogą wyeliminować tę uciążliwość.



Poduszki SISSEL SITFIT produkowane są w Niemczech. Wykonane są z bezpiecznego tworzywa, które nie zawiera szkodliwych ftalanów i lateksu. Do ich produkcji wykorzystywany jest CITROFOL® BII – uelastycznierz oparty na bezpiecznym kwasie cytrynowym, który jest nieszkodliwy, przebadany farmakologicznie, ekologiczny i szeroko stosowany w przemyśle żywnościowym.

Uwaga!

- Poduszkę należy stosować z dala od ostrych przedmiotów i krawędzi.
- Należy unikać wykonywania trudnych ćwiczeń lub ryzykownego eksperymentowania z poduszką.
- CITROFOL® BII jest wytrzymałym materiałem, odpornym na działanie światła. Jednak aby zachować pełen blask i kolor poduszki, należy unikać długotrwałego narażania jej na działanie światła słonecznego.
- Do czyszczenia powierzchni poduszki należy używać wilgotnych ściereczek lub ręczników oraz delikatnych domowych środków myjących lub standardowych środków do dezynfekcji.
- Poduszka przeznaczona jest dla osób o wadze do 150 kg.