

Der Sitz-Innovator findet im TV-Gespräch deutliche Worte

aeris-Chef Josef Glöckl: „Die Kultur des Sitzens hat die Bewegung verdrängt“

(20. September 2017, Haar bei München) Sitzen ist eine der größten Treiber für Zivilisationskrankheiten und ein enorm belastender Faktor für die deutsche Wirtschaft. Diese Meinung vertraten Josef Glöckl, Gründer und Geschäftsführer der aeris GmbH und Dr. med. Martin Marianowicz, Facharzt für Orthopädie und Interventionelle Schmerztherapie. Im TV-Magazin „Zeit für Gesundheit“ sprachen die beiden Experten die negativen Folgen der „Kultur des Sitzens“ offen an.

„Sitzen ist zu einer Selbstverständlichkeit geworden. Wenn Sie irgendwo hinkommen, heißt es, ‚Wollen Sie Platz nehmen‘. Das ist aber schon verkehrt, weil das Sitzen einfach keine artgerechte Haltung des Menschen ist“, sagt Josef Glöckl, Erfinder des bekannten 3D-Aktiv-Stuhls **swopper**. Dr. med. Martin Marianowicz bestätigt diese Einschätzung: „Unser Körper ist in seiner Gesamtheit auf Bewegung ausgelegt – entweder bewegen oder wirklich erholsam schlafen. Sitzen ist für den Körper ein Desaster.“

„Der Mensch war früher ein Ausdauer-Jäger. Diese gleichen Eigenschaften haben wir jetzt auch noch, nur diese Bewegung, die der Mensch damals den ganzen Tag hatte, die ist jetzt verloren gegangen durch unsere Kultur des Sitzens“, erklärt **aeris**-Geschäftsführer Josef Glöckl. Vor allem in den westlichen Gesellschaften ist das Sitzen das bestimmende Element der meisten Tages- und Arbeitsabläufe. In der Freizeit und zu Hause wird bereits viel gesessen, im Beruf jedoch teils bis zu acht Stunden und mehr. Dieses übermäßige Sitzen und die damit einhergehende Inaktivität ist ein Trigger für Zivilisationskrankheiten wie Übergewicht, Herz-Kreislauf-Probleme und vor allem Rückenschmerzen.

Ein Umstand, der auch Josef Glöckl krank machte. Doch Josef Glöckl ergab sich nicht dem Schicksal, sondern suchte nach einer Lösung, gesundheitsfördernde Bewegung ins Büro zu bringen. Schließlich erfand er den **swopper** und damit das bewegte Sitzen. Herzstück des **swopper** ist die **aeris** 3D-Ergonomie. Die patentierte Technologie ermöglicht ein dreidimensional bewegtes Sitzen. Dank vertikalem Schwingen wird die Bandscheibe entlastet und zuverlässig mit Nährstoffen versorgt. Durch das Neigen nach vorne und hinten verbessert sich die Haltung beim Arbeiten am Schreibtisch. Zusätzliche Flexibilität zur Seite erhöht die Bewegungsmöglichkeiten und vergrößert den Greifraum. Dank der innovativen 3D-Ergonomie zieht Bewegung ganz selbstverständlich am Arbeitsplatz ein.

Für Dr. med. Martin Marianowicz war die Entwicklung des **swopper** der Beginn eines neuen Zeitalters: „Josef Glöckl hat wirklich eine

Presse-Info



Leben in Bewegung

Revolution damals eingeleitet was das Sitzen angeht. Dachte man vor 20 Jahren noch, dass der klassische Chefsessel das Maß aller Dinge ist, ist heute der **swopper** Standard.“ Wie schädlich falsches Sitzen ist, zeigt, dass Sitzen mehr Belastung auf die Wirbelsäule und die Bandscheiben ausübt als Heben. „10 Stunden Sitzen bedeutet, 10 Stunden keine Versorgung der Bandscheibe mit Nährstoffen“, so Dr. med. Martin Marianowicz.

In der TV-Sendung zeigt Josef Glöckl anhand der **aeris**-Sitzmöbel **swopper**, **3Dee** und **muvman**, wie man richtig sitzt und so seinem Körper die dringend benötigte Bewegung wieder zu Gute kommen lässt, immer nach dem Motto „Die nächste Sitzposition ist die Beste“. Ist gerade kein **swopper** oder anderes 3D-Aktives-Sitzmöbel zur Hand, ist sogar eine einfache Bierbank besser für den Rücken als ein moderner Bürostuhl. Bierbänke forcieren durch ihren Diskomfort viele Haltungswechsel, moderne Bürostühle dagegen sind so konzipiert, dass sie Bewegung und Anstrengung um jeden Preis mit Lehnen, Stützen und Polsterungen vermeiden. Doch statt der gewünschten Erholung wird dem Körper so nachhaltig geschadet.

Über diese und weitere Eigenschaften und Auswirkungen von richtigem und falschem Sitzen haben Josef Glöckl und Dr. med. Martin Marianowicz ausführlich in der TV-Sendung „Zeit für Gesundheit“ auf dem Regionalsender münchen.tv gesprochen. Die Erst-Ausstrahlung erfolgte am 14. September 2017, Wiederholung der Sendung 14-tägig freitags um 14:00 Uhr, sonntags um 6:00 Uhr, montags 14:00 Uhr und mittwochs 17:30 Uhr. Darüber hinaus ist das Interview jederzeit online abrufbar: <https://www.muenchen.tv/mediathek/kategorie/sendungen/zeit-fuer-gesundheit/video/zeit-fuer-gesundheit-gesundes-sitzen/>

Weitere Informationen zur **aeris** GmbH und der patentierten 3D-Ergonomie finden Sie unter www.aeris.de, info@aeris.de, Tel.: +49(0)89/900 506-0.

Presse-Info



Leben in Bewegung



aeris-Gründer Josef Glöckl mit den Aktiv-Sitzen **muvmán**, **swopper**, **3Dee**, **oyo** und **swoppster** (v.l.n.r.).
(Foto: **aeris**/Gisela Schenker)

Bild-Download unter <http://www.aerisb2b.com>, Login-Daten bitte per E-Mail anfordern unter presse@aeris.de.

Pressekontakt:

aeris GmbH
Presse & Öffentlichkeitsarbeit
Marcel Rotzoll
Hans-Stießberger-Straße 2a
85540 Haar bei München
Tel.: +49(0)89/900 506-52
Fax: +49(0)89/903 939-1
Mail: marcel.rotzoll@aeris.de
www.aeris.de

Firmenprofil **aeris** GmbH

Seit 20 Jahren steht die **aeris** GmbH für beispiellose Expertise in der Entwicklung und Herstellung von innovativen Aktiv-Sitz-Möbeln für den Office- und Homebereich. 1996 in Haar bei München gegründet, hat **aeris** mit der Entwicklung des weltweit ersten dreidimensional beweglichen Sitzes – dem **swopper** – die Bürowelt revolutioniert. Seine herausragende Innovationskraft hat das Familienunternehmen zum europäischen Marktführer im Bereich der 3D-Aktiv-Stühle gemacht.

aeris - das bedeutet kompromisslose Qualität „Made in Germany“ und die Leidenschaft, mehr Bewegung in den Sitz-Alltag zu bringen. Alle Produkte – **swopper**, **swoppster**, **muvmán**, **3Dee** und **oyo** – folgen der Philosophie „Life in Motion“ und ermöglichen natürliche Bewegungen beim Sitzen für Gesundheit, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit. **aeris**-Aktiv-Sitze sind mehrfach international prämiert.

Die erneute Aufnahme der Firma **aeris** in die TOP 100-Liste der innovativsten Unternehmen im deutschen Mittelstand 2017 belegt das Potenzial und die Dynamik der Firma. **aeris** beschäftigt rund 50 Mitarbeiter und ist in 39 Ländern vertreten.