

Presse-Info

Wie man sich setzt, so denkt man auch.

Kreativ durch Bewegung – man hat mehr selbst in der Hand, als man ahnt.

Dass Bewegung gut ist, wissen wir. Dass spontane, ungesteuerte Beweglichkeit die Kreativität erhöht, ist relativ neu. Und dass das sogar fürs Sitzen gilt, wie eine Studie der Uni Würzburg belegt, ergibt ganz neue Leitlinien für die Büro-Ausstattung und -einrichtung. Eine hoch-interessanter Ansatz für Innenarchitekten, Unternehmer, Büroeinrichter, Verwaltungen, Künstler und Selbständige.

Haar bei München, 21. Juli 2025

„Unsere Forschung zeigt, dass es nicht die Bewegung an sich ist, die uns hilft, flexibler zu denken“, erklärt die Neurowissenschaftlerin Dr. Barbara Händel von der Ludwig-Maximilians-Universität Würzburg (JMU) 2022. Verantwortlich dafür sei stattdessen die Freiheit, selbstbestimmte Bewegungen auszuführen. „Demnach können auch kleine Bewegungen im Sitzen [...] positive Effekte auf das kreative Denken haben“, heißt es in der Pressemitteilung der JMU dazu. „Das Wichtigste ist, dass die Freiheit da ist, sich ohne externe Vorgaben zu bewegen.“

Traditionelle Büromöbel bremsen uns oft aus

Für unsere gesamte, vom Sitzen geprägte Welt – besonders für die Office-Welt – heißt das: Herkömmliche, überwiegend starre Stühle erschweren demnach freies, kreatives Denken. Ebenso Stühle, die nur linear beweglich reagieren können, also nur geführte Bewegung nach vorn und nach hinten möglich machen. Traditionelle Büroeinrichtungen mit weich gepolsterten, aber unbeweglichen Bürostühlen und starren Stuhl-Tisch-Kombinationen bringen dem „Bewegungstier“ Mensch zusätzlich Verspannungen und Rückenschmerzen, Müdigkeit, Energiemangel und Konzentrationsschwäche. Schlechte Voraussetzungen für kreatives Arbeiten.

Fazit

Wer also am Schreibtisch aktiv denken, konzentriert überlegen und angeregt und motiviert Aufgaben anpacken will, der sollte auf die Qualität der Bewegung achten und auf die freie Beweglichkeit im Sitzen. Das wichtigste Entscheidungskriterium dafür: Alles, was das freie, intuitive Verhalten fördert oder sogar fordert, ist höher zu bewerten als starre bzw. starrere Lösungen. Das hilft, mehr Bewegung ins Büro oder Home-Office zu bringen und länger kreativ, wach, engagiert und produktiv zu bleiben.

Selbstbestimmte und spontane Flexibilität im Fokus



Presse-Info

Der deutsche Hersteller Aeris besetzt seit 30 Jahren mit seiner speziellen 3D-Technologie eine Marktnische, die genau die gefragten Funktionen im Fokus hat. Aeris gilt deshalb als innovativer Leader im Bereich Bewegung, Ergonomie, Gesundheit, Fitness, Wohlbefinden und Produktivität am Arbeitsplatz.

Zentral sind bei den spezifischen Aeris-Produkten das bodennahe Gelenk, eine zentrale Federfunktion oder weitere, speziell entwickelte Kinematiken für eine spontane, individuelle Bewegungssteuerung in alle Richtungen. Sie sind unverwechselbare Erkennungsmerkmale der Aeris Aktivmöbel und garantieren die wichtige, freie Hüftbeweglichkeit. Sie simuliert am besten das natürliche, menschliche Bewegungsverhalten beim Laufen und Stehen.

Aeris-Produkte sind für stationäre Büros ebenso konstruiert wie für Home-Offices, Labore, Empfangstheken, Verwaltungen und die Produktion. Aktiv Stühle und Stehsitze, Lounge-Lösungen und höhenverstellbare Schreibtische: Aeris macht aus einem Arbeitsplatz einen Bewegungsraum und aus einem normalen Office ein Active-Office.

Mehr zu Produkten, Technik, Wirkungsweise und Bezugsquellen der bewegungsfördernden Aeris Produkte unter www.aeris.de, info@aeris.de, *49-(0)89 900 506-0

Bilder: Download-Link

https://wetransfer.com/downloads/cc5aff84baebedcd36416ab90264874c20250719131752/1f4057f156e33992a917390020a2b62220250719131752/f3866c?t_exp=1784467072&t_lsid=bcef670f-9393-464a-a890-896203cb9186&t_network=email&t_rid=YXV0aDB8VHJhbnNmZXJ8cTY3bG40NWJkNzZ5Y28=&t_s=download link&t_ts=1752931072

Video: <https://youtu.be/Q078T9cOzs?si=clxB8cydAXQIfuTE>

Pressekontakt:

Aeris GmbH
Presse & Öffentlichkeitsarbeit
Sabine Krietemeyer
Hans-Stießberger-Straße 2a
85540 Haar bei München
Tel.: +49 89 900506-34
Fax: +49 (0)89/903 939-1
Mail: sabine.krietemeyer_extern@aeris.de
www.aeris.de

Firmenprofil Aeris GmbH

Seit fast 30 Jahren besteht der Antrieb von Aeris darin, den Körper in Bewegung zu halten. Alle Aeris



Presse-Info

Stühle und Bewegungskonzepte für den Office-, Homeoffice- und Homebereich tragen zu einem aktiven und gesunden Lebensstil bei. Sie ermöglichen genau da Bewegung, wo man sie am wenigsten erwartet, jedoch am nötigsten braucht – beim Sitzen und Stehen.

Mit der Entwicklung des weltweit ersten dreidimensional beweglichen Bürostuhls – dem Aeris Swopper – hat das Familienunternehmen die Bürowelt revolutioniert. Seine herausragende Innovationskraft und kompromisslose Qualität „Made in Germany“ hat Aeris zum europäischen Markt- und Meinungsführer im Bereich aktives, gesundes Sitzen gemacht.



Ein bewegungsförderndes Büro par excellence: 3D-flexibler Aktiv-Hocker Aeris Swopper, höhenverstellbarer Schreibtisch Aeris Active Office Desk mit Steh-Sitz-Arbeitsflächen, Fußmatte Aeris Muvmat mit Waldboden-Innenleben für vielseitige, intuitive und spontane Haltungswechsel.



Vereint mehrere Bewegungstechnologien für freie, selbstgesteuerte Flexibilität: der Aeris Numo Task mit Federbein.



Presse-Info



Im Fußgelenk frei beweglicher Stehsitz Aeris Muvman mit großem Hub von Schreibtisch- bis auf Stehsitzhöhe.



Freie Beweglichkeit beim Sitzen geht auch im Bürostuhl-Format: mit dem Aeris 3 Dee. Nomen est omen.

Fotos: Aeris GmbH