



BEWEGEN UND
VERBESSERUNG
MIT
STEH-SITZ TISCHEN
VON ERGOTRON

ergotron
LEARNFIT



Körperliche Gesundheit

Das Unterrichten im Stehen sorgt für einen gesünderen Stoffwechsel:¹

- ▶ Erhöhte Herzfrequenz
- ▶ Erhöhter Kalorienverbrauch
- ▶ Bessere Insulinwirksamkeit



Beteiligung der Klasse

Ein besserer Transport von Sauerstoff und Nährstoffen durch Körper und Gehirn zeigt sich in einer stärkeren Beteiligung der Schüler und Schülerinnen.²



Akademische Leistungsfähigkeit

Die Kombination aus besserer Gesundheit und mehr Beteiligung wirkt sich positiv auf kognitive Wahrnehmung und Prüfungsergebnisse aus.³

GERINGE KÖRPERLICHE AKTIVITÄT STEHEN, ZAPPELN, KINÄSTHETISCHE PAUSE FÜRS GEHIRN

x2 EMPFEHLUNG:
VERDOPPELN DES
TÄGLICHEN ENERGIEVER-
BRAUCHS DURCH
KÖRPERLICHE ÜBUNGEN



¹ Diese Studie wurde durchgeführt von Dr. John Buckley von der Universität Chester. Forschungsbeauftragte der BBC/Universität Chester haben herausgefunden, dass sich beim Arbeiten im Stehen sowohl Herzfrequenz als auch Energieverbrauch deutlich erhöhen, und dass Sitz-Steh-Schreibtische sowohl praktische als auch wirksame Maßnahmen darstellen, um die Sitzdauer in einem Arbeitsumfeld wesentlich zu reduzieren.

² The Impact of Stand-Biased Desks in Classrooms on Calorie Expenditure in Children, Benden, Blake, Wendel, Huber, veröffentlicht im American Journal of Public Health, August 2011.

³ Institute of Medicine, 2013 (Weiterführende Informationen), Centers for Disease Control & Prevention (Zentren für Krankheitsbekämpfung und -prävention), 2010.



MODERATE & INTENSIVE KÖRPERLICHE AKTIVITÄT

EMPFEHLUNG:
60 MINUTEN PRO TAG



SITZEN

EMPFEHLUNG:
REDUZIERUNG DER SITZDAUER
AUF DIE HÄLFTE

“ Ich habe festgestellt, dass die leistungsstarken Schüler und Schülerinnen eine noch bessere Leistung als sonst erbringen. Und auch die sonst etwas schwächeren Kinder zeigen bessere Ergebnisse. Mehr Konzentration im Klassenzimmer zeigt sich durch ein besseres Verständnis des Lernmaterials.”

Keri King

Biologielehrerin, Lamar High School, Houston, TX, USA

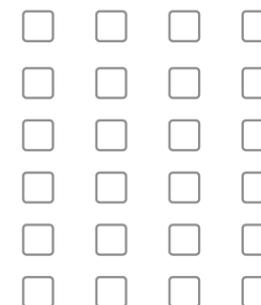


LEARNFIT
STEH-SITZ-TISCH

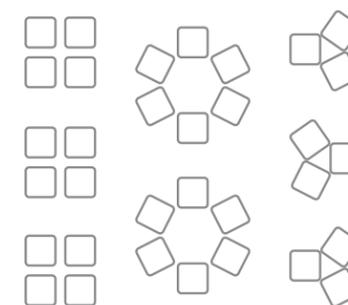
Flexibles und individuelles Lernen

Schaffen Sie aktive Lernräume, die auf alle Benutzer eingehen und den verschiedenen Lernstilen gerecht werden können.

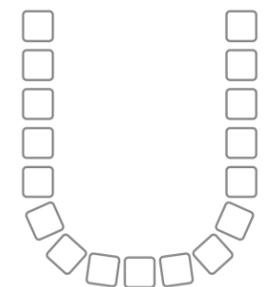
REIHEN



GRUPPEN



LEHREN



LEARNFIT STEH-SITZ-TISCH



	LearnFit mobiler Steh-Sitz Tisch	LearnFit mobiler Steh-Sitz Tisch
Artikelnummer (Farbe)	24-481-003 (grau/silber)	24-547-003 (grau/silber)
Belastbarkeit	≤ 7 kg	
Höhenverstellung	40 cm	
Höhe der Arbeitsfläche	84–125 cm	73,7–114,3 cm
Garantie	10 Jahre	
Einfache Montage	60 Sekunden, kein Werkzeug benötigt	

Weiterführendes Informationsmaterial zum Herunterladen finden Sie unter ergotron.com

Weitere Informationen finden Sie hier:

EMEA +31 334545600 / info.eu@ergotron.com DACH +49 43154028780 / info.de@ergotron.com

© Ergotron Inc. 01.03.2022

Technische Änderungen und Irrtümer vorbehalten

Informationen zu unseren Patenten verfügbar auf www.ergotron.com/patents

Produkte von Ergotron dienen nicht zur Heilung, Behandlung, Linderung oder Vorbeugung von Krankheiten

WorkFit, StyleView, LearnFit, Neo-Flex, PowerShuttle, LiFeKinnex, CareFit und eKinnex sind Warenzeichen von Ergotron.

ergotron®