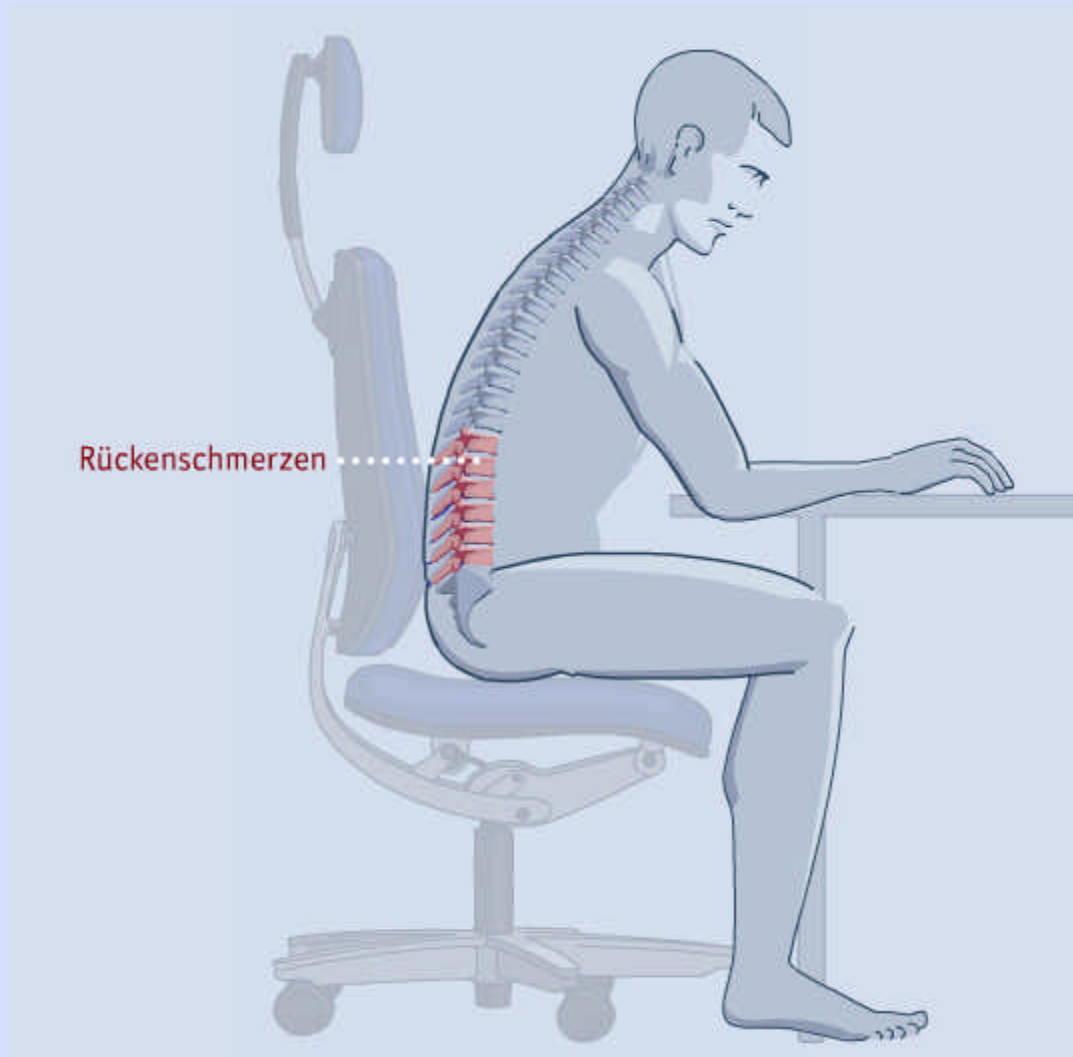


Falsche Sitzhaltung und ihre Folgen



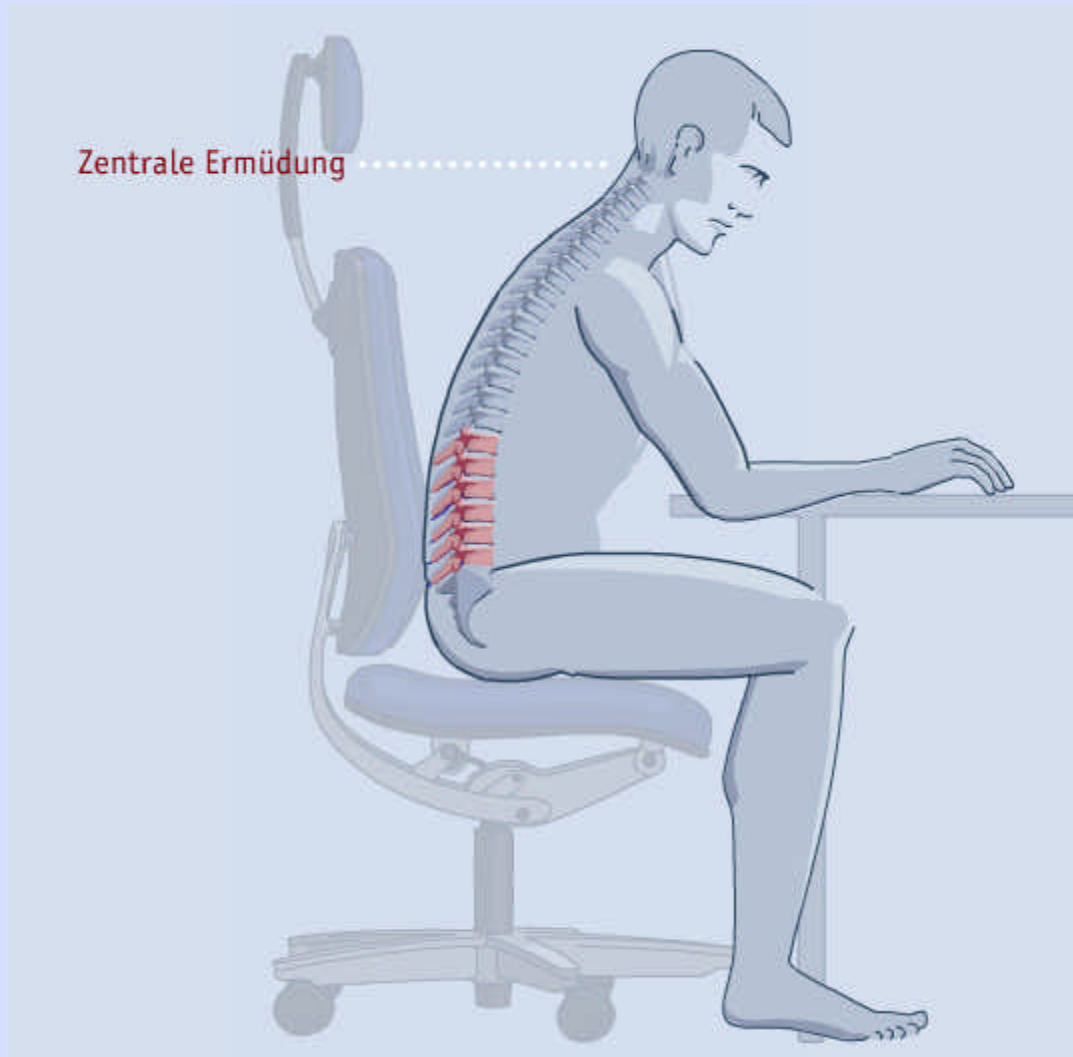
- Keine Abstützung des Lendenwirbelbereiches
- Hoher Druck auf die Bandscheiben
- Haltearbeit, d.h. statische Beanspruchung der Schulter- und Nackenmuskulatur
- Negative Wirkungen auf die Muskulatur und auf die Zirkulation von Blut und Lympflüssigkeit, speziell in den Beinen
- Belastung des Herz-Kreislaufsystems
- Beeinträchtigung der Verdauungsorgane

Falsche Sitzhaltung und ihre Folgen



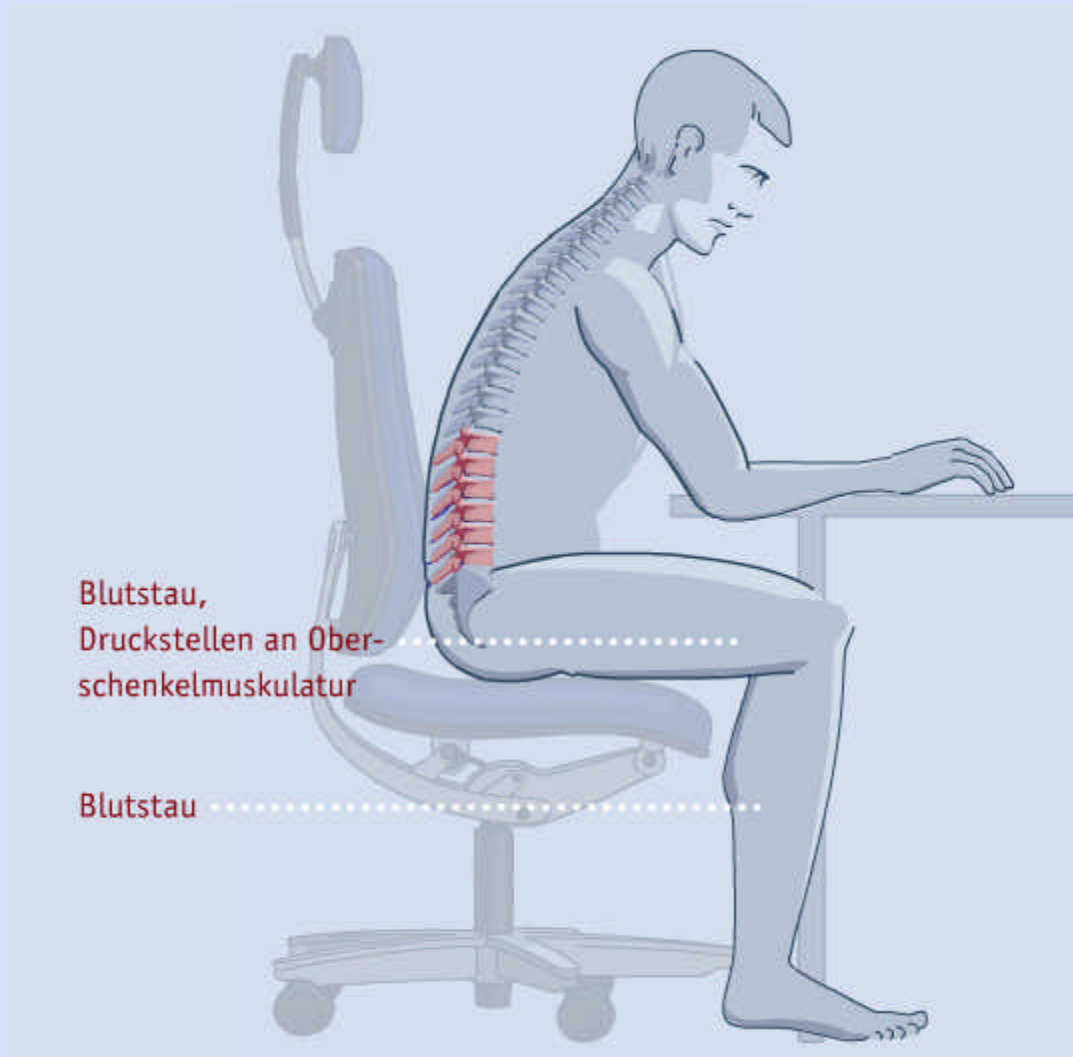
- Keine Abstützung des Lendenwirbelbereiches
- Hoher Druck auf die Bandscheiben
- Haltearbeit, d.h. statische Beanspruchung der Schulter- und Nackenmuskulatur
- Negative Wirkungen auf die Muskulatur und auf die Zirkulation von Blut und Lympheflüssigkeit, speziell in den Beinen
- Belastung des Herz-Kreislaufsystems
- Beeinträchtigung der Verdauungsorgane

Falsche Sitzhaltung und ihre Folgen



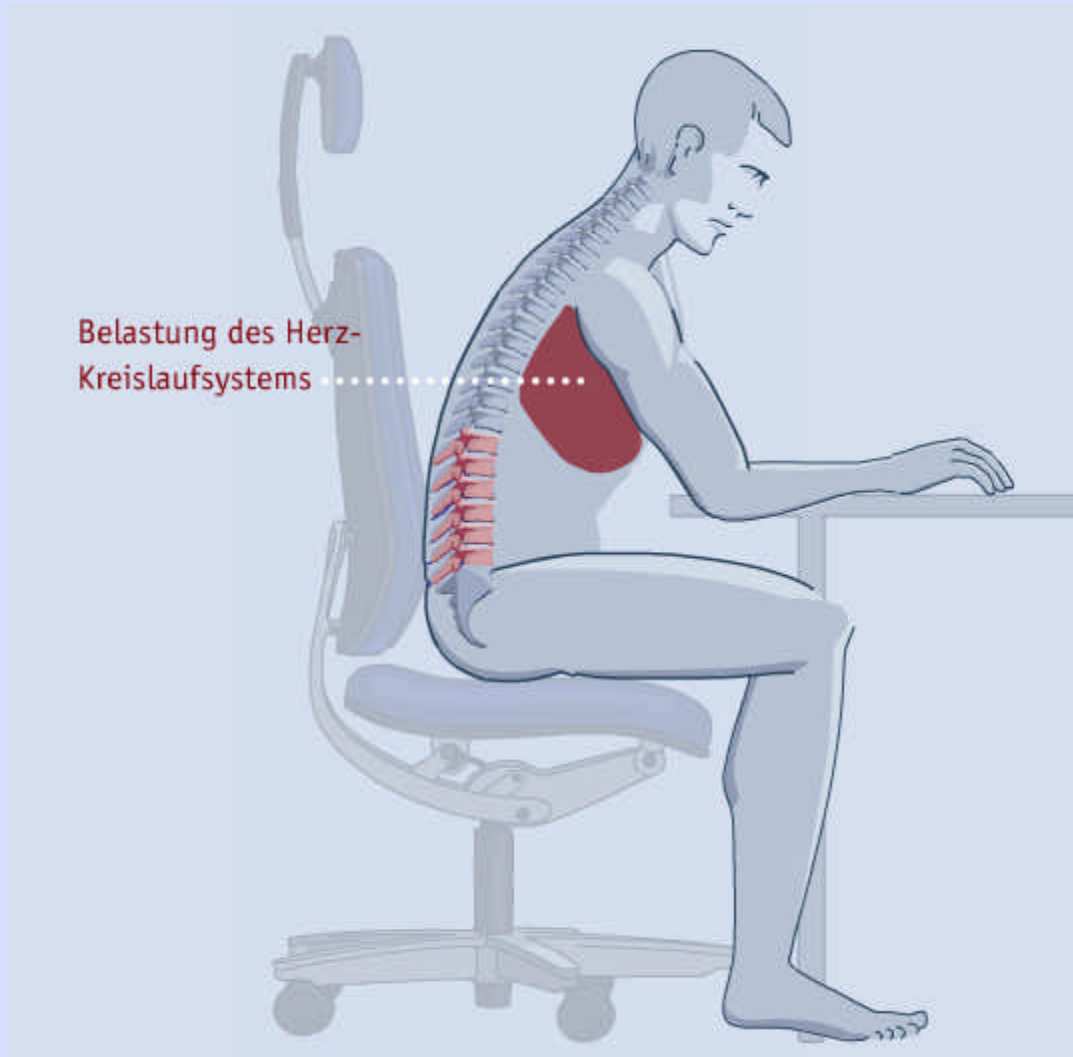
- Keine Abstützung des Lendenwirbelbereiches
- Hoher Druck auf die Bandscheiben
- **Haltearbeit, d.h. statische Beanspruchung der Schulter- und Nackenmuskulatur**
- Negative Wirkungen auf die Muskulatur und auf die Zirkulation von Blut und Lympflüssigkeit, speziell in den Beinen
- Belastung des Herz-Kreislaufsystems
- Beeinträchtigung der Verdauungsorgane

Falsche Sitzhaltung und ihre Folgen



- Keine Abstützung des Lendenwirbelbereiches
- Hoher Druck auf die Bandscheiben
- Haltearbeit, d.h. statische Beanspruchung der Schulter- und Nackenmuskulatur
- Negative Wirkungen auf die Muskulatur und auf die Zirkulation von Blut und Lympflüssigkeit, speziell in den Beinen
- Belastung des Herz-Kreislaufsystems
- Beeinträchtigung der Verdauungsorgane

Falsche Sitzhaltung und ihre Folgen



- Keine Abstützung des Lendenwirbelbereiches
- Hoher Druck auf die Bandscheiben
- Haltearbeit, d.h. statische Beanspruchung der Schulter- und Nackenmuskulatur
- Negative Wirkungen auf die Muskulatur und auf die Zirkulation von Blut und Lympflüssigkeit, speziell in den Beinen
- Belastung des Herz-Kreislaufsystems
- Beeinträchtigung der Verdauungsorgane

Falsche Sitzhaltung und ihre Folgen



- Keine Abstützung des Lendenwirbelbereiches
- Hoher Druck auf die Bandscheiben
- Haltearbeit, d.h. statische Beanspruchung der Schulter- und Nackenmuskulatur
- Negative Wirkungen auf die Muskulatur und auf die Zirkulation von Blut und Lympheflüssigkeit, speziell in den Beinen
- Belastung des Herz-Kreislaufsystems
- **Beeinträchtigung der Verdauungsorgane**