

# Bewegung in Balance

Beim Thema bewegtes Sitzen scheiden sich die Geister. Die Anhänger loben das ausgewogene Sitzgefühl, die Skeptiker finden das Ganze meist zu wacklig. Mit der Ergo-Balance-Technik bringt Rovo Chair nun Bürostühle auf den Markt, die sich auch die Skeptiker einmal genauer anschauen sollten.



**D**ie Modelle Rovo XT und Rovo XP sind bereits seit einigen Jahren auf dem Markt und gehören mittlerweile zu den Klassikern der Rovo-Chair-Kollektion. Nun sind sie zusätzlich mit einer neuen Mechanik erhältlich, der Ergo-Balance-Synchronmechanik. Sie soll die Muskulatur zu minimalen Bewegungen anregen und gleichzeitig zu häufigen Wechsels der Sitzposition animieren. So wird eine einseitige Belastung der Bandscheiben vermieden, die Rückenmuskulatur aktiviert und die Durchfeuchtung der Bandscheiben angeregt.

All dies funktioniert durch eine bewegliche Mechanik: Die Grundlage ist eine klassische Synchronmechanik, die beim Zurücklehnen den Rücken streckt und so die Bandscheiben entlastet. Rovo hat bei den Modellen mit Ergo-Balance zusätzlich eine „Flex-Ebene“ direkt unter die Sitzfläche integriert, die den Stuhl rundum beweglich macht: Außerdem ist die Air-Plus-Lordosenstütze für die



**MEHR BEWEGUNG:** Die Ergo-Balance-Technologie ermöglicht nicht nur die üblichen Bewegungsmuster wie das Kippen nach hinten, sondern macht den Stuhl auch seitlich flexibel.

Modelle Rovo XT und XP Ergo-Balance verfügbar: Über eine Handpumpe kann der Nutzer die im Inneren der Lehne verborgene Lordosenstütze individuell anpassen.

## MIKROBEWEGUNGEN ENTLASTEN

Die Ergo-Balance-Technik soll unmerklich mehrmals pro Sekunde Mikrobewegungen der Muskulatur auslösen. In der Physiotherapie werden diese Mikrobewegungen mithilfe eines Balance-Kreisels ausgelöst, um die Haltemuskeln reaktiv zu trainieren und die Rumpfmuskeln zu stabilisieren. Bei der Ergo-Balance-Technik geschieht dies durch die Flex-Ebene unter der Sitzfläche. Durch diese Mikrobewegungen wird die Bandscheibe mit Flüssigkeit versorgt, der Stoffwechsel angeregt und so werden Bandscheibe und Wirbelsäule entlastet.

Eine bewegliche Sitzfläche ist nicht jedermanns Sache: Während die einen den Sitzkomfort als besonders komfortabel loben, monieren andere den fehlenden Halt und eine gewisse Unstabilität. Gerade die Skeptiker sollten daher einen Blick auf die

Rovo-Modelle mit Ergo-Balance werfen, denn sie präsentieren sich alles andere als unstabil; so auch unser Testmodell Rovo XP: Der Nutzer hat zu jeder Zeit einen festen Halt und eben auch dann, wenn er sich bewegt und der Stuhl mit ihm.

Die zahlreichen Einstellmöglichkeiten machen es einfach, den Stuhl genau auf die eigenen Bedürfnisse einzustellen. So lässt sich der Gegendruck der Ergo-Balance-Synchronmechanik über eine leicht erreichbare Kurbel auf das Körpergewicht einstellen, der Druck der Lordosenstütze über eine Handpumpe anpassen und der Sitz in der Tiefe verstellen. Zudem ist eine Höhenverstellung der Lordosenstütze verfügbar. Die Kopfstütze, mit der unser Testmodell ausgestattet ist, dient je nach Höhe der Rückenlehne wahlweise als Kopf- oder Nackenstütze.

## LOB DER SKEPTIKER

Bereits beim ersten Probesitzen fiel den Testern die Stabilität des Stuhls auf – vor allem denjenigen, die dem bewegten Sitzen

eher skeptisch gegenüberstehen. Sie lobten den unverhofften Halt, den sie auf dem Rovo XP Ergo-Balance erhielten. Nach einigen Tagen stellte sich außerdem heraus, dass Rovo Chair mit der Ergo-Balance-Technik nicht zu viel verspricht: Das durch die Synchronmechanik sowie die Kopf- und Lordosenstütze ohnehin sehr angenehme Sitzgefühl des XP wird durch die Ergo-Balance-Technik komfortabel ergänzt. Die vom Hersteller versprochenen Mikrobewegungen scheinen tatsächlich zu wirken – auf dem Rovo XP ließ es sich während des gesamten Tests sehr bequem arbeiten, es traten weder Nacken- noch Rückenbeschwerden auf. Das lag sicher auch daran, dass sich tatsächlich ein gewisser Drang zur Bewegung einstellte, ein starres Verharren in einer Position kam praktisch nicht vor. Die hochwertige Verarbeitung ist ein weiterer Pluspunkt der Rovo-Ergo-Balance-Modelle: Der Rovo XP ist nicht nur sehr stabil und damit kippstabil, er sieht mit der leicht geschwungenen Rückenlehne auch gut aus.

Nadia Hamdan ■

## FAZIT

Auch die Kritiker des bewegten Sitzens konnten sich für die Ergo-Balance-Technik erwärmen. Dies spricht für die neue Mechanik aus dem Hause Rovo Chair. Der Rovo XP hat zudem eine Reihe von Ausstattungsmerkmalen, die im Test überzeugen konnten. Dazu kommt ein solider Preis.

**Produkt:** Rovo XP Ergo-Balance  
**Beschreibung:** Bürodrehstuhl  
**Anbieter:** Rovo Chair  
**Preis:** ab 408 Euro exkl. MwSt.  
**Kontakt:** www.rovo.de

## BEURTEILUNG

Ergonomie:	★★★★★★
Bedienung:	★★★★★★
Funktionalität:	★★★★★
Design:	★★★★★
Preis:	★★★★★★
<b>Gesamtergebnis:</b>	<b>sehr gut</b>