



Stolica  
koja vraća  
zdravlje!



Zamislite da sjedite na radnom mjestu i da pored toga jačate mišiće kralježnice! Koncentrirani ste i bez bilo kakvih bolova u kralježnici.

#### SNOVI?

SpinaliS vam omogućuje aktivno sjedenje. Pošto znamo da želite živjeti aktivno!

## AKTIVNO SJEDENJE ZA AKTIVNE LJUDE

Ako vas još nikada nije uštinulo u leđima, onda pripadate onoj maloj grupi, približno petini čovječanstva, koji su bili pošteđeni ovog problema. Više od 80 posto cjelokupne populacije modernog svijeta, na žalost, vraški dobro zna, što to znači kada se javi kralježnica.

Tada ne pomažu ni masaže, ni tablete protiv bolova, ni tjelevježba... Zapravo sretni su oni koji se tada uopće mogu pomjerati. Bol si obično uzme vremena, te nas često ograničava kod svakodnevnih poslova, a kamoli, da bi nam dozvoljavao sportske užitke.

## BUDITE U RAVNOTEŽI

Razmislite kada ste se u svojoj koži osjećali najbolje? Kakav je osjećaj na vrhu planine, gdje vam pluća puni svježi zrak, te vam se čini da cijelo vaše tijelo kipi od energije? Kako se osjećate nakon pobjedničkog teniskog dvoboja ili nakon smirenje vježbe joge? Što vam govori vaše tijelo kada se ugodno umorni zavijete u ručnik ili kada grunete svoj gorski bicikl u garažu?

Vitalnost tijela i dobar osjećaj izviru iz ravnoteže. Kada je svih stvari taman: dovoljno aktivnosti i dovoljno odmaranja.

Svatko tko je svjestan toga, na pravom je putu da svome tijelu ponudi najbolju moguću brigu.



## Živite aktivno, sjedite aktivno

Stolica SpinaliS vam omogućava baš to: aktivno i pasivno istovremeno. Iako sjedite, svejedno ste aktivni. Vaša vježba možda nije vidljiva na prvi pogled, ali vaši mišići svo vrijeme rade. Kako bi tijelo održali uravnoteženo u težištu, na pokretnom sjedištu stolice SpinaliS moraju stalno obavljati svoju stabilizacijsku zadaću.

Stolica SpinaliS djeluje po uzoru terapeutske lopte kojih njene blagotvorne osobine priznaju svi stručnjaci za kralježnicu. Zbog svog inovativnog rješenja i efikasnosti SpinaliS je dobio brojne nagrade u cijelom svijetu, između ostalog i Business Award za najinovativniju europsku ideju i ocjenu „najbolja kupovina u kategoriji uredskih stolica“ (Best Buy) londonske revije Independent.



## VIŠE OD 55.000 ZADOVOLJNIH KORISNIKA

Živjeti bez nepodnošljivih bolova, koji ne biraju ni pol ni starost, san je mnogih. Do sada smo sa SpinaliSom pomogli već više od 55.000 zadovoljnih korisnika, te im s aktivnim sjedenjem na SpinaliSu omogućili život bez bolova u kralježnici.

## Zašto je SpinaliS poseban?

Spinalis ima u svim prvcima pokretljivo sjedište koje prati svaki pokret tijela. S tim osigurava kralježnici i karlici da su cijelo vrijeme u ravnoteži i u ispravnom položaju. Kako bi na stolici sa pokretnim sjedištem održali ravnotežu noge moramo položiti ravno na pod i uspraviti kralježnicu. Uz to aktiviramo mišiće kralježnice i trbuha, koje s tim jačaju i tako rastereću opterećenja kralježnice.

Nemojte biti iznenađeni ako će vam biti potrebno da se naviknete na sjedenje na SpinaliSu. I u početku fizičke aktivnosti naše tijelo treba neko vrijeme, kako bi se naviklo na aktivnost, što osobito vrijedi, ako smo prije toga bili dugo vremena neaktivni.

Čak trećina korisnika Spinalisa se u prvom tjednu ili dva susretne s problemima hvatanja ravnoteže, a neki i sa bolovima u mišićima, koji su poznati pod oznakom »muskel fiber«.

Zapravo to je dobar znak, budući da dolazi do potpuno prirodne reakcije na aktivnost mišića, koji kod običnih stolica ostaju pasivni.

55.000  
zadovoljnih  
korisnika



# ZAŠTO SJEDENJE NA STOLICI S FIJSNIM SJEDIŠTEM MOŽE BITI ŠTETNO?

Priznajmo sebi: rijetki među nama su toliko disciplinirani da bi kod sjedenja na stolcu s fiksnim sjedištem kontrolirali svoje držanje, te ga ispravljali u ispravan položaj. Prije ili kasnije se, čak i na tako zvanoj modernoj ergonomskoj stolici, „skupimo“, kralježnica se savije, a mišići kralježnice počinju polako slabjeti. Pošto nam neodgovarajuća stolica to omogućava, onda sjedimo neispravno, činimo neispravne pokrete i ustrajemo u nepravilnom položaju.

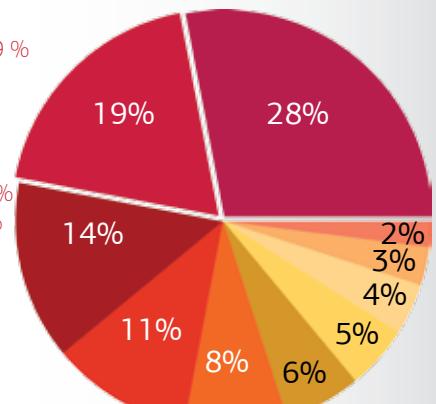
Posljedice nepravilnog sjedenja često su prikrivene, ali izuzetno neprijatne i dugotrajne:

- ukrivljena kralježnica
- oslabljeni mišići kralježnice
- labave i oslabljene veze kralježnice
- povreda pločice između pršljenova
- istrošeni zglobovi
- bol u kičmi, lumbalnom dijelu i ramenom obruču
- povećana razdražljivost
- loše opće stanje
- niža produktivnost
- loša cirkulacija
- umor
- depresija

## POVREDE NA RADNOM MJESTU

Prema podacima Eurostata u zemljama Europske Unije čak 40% radnika je izloženo faktorima koji negativno utječu na njihovo fizičko zdravlje, a 27 % negativnim faktorima na psihu. Među bolestima su na prvom mjestu ozljede kralježnice (28 %) i bolovi u vratu, ramenima i rukama (19 %), na trećem mjestu možemo pronaći stres i depresiju (14 %). Ako povežemo obje prve skupine u jedinstvenu kategoriju 'povreda kralježnice', možemo brzo ustanoviti, kako je skoro polovina (47 %) svih ozljeda povezanih s ozljedama kralježnice! Stolica SpinaliS je po mišljenju priznatog ortopeda dr. Popovića bitan preventivni čimbenik za sprječavanje ozljeda kralježnice.

- Ozljede kralježnice – 28 %
- Bolovi u vratu, ramenima – 19 %
- Stres – 14 %
- Ozljede nogu – 11 %
- Bolesti srca i krvožilnog sustava – 8 %
- Problemi dišnog sustava – 6 %
- Glavobolje, bolesti očiju – 5 %
- Infekcije – 4 %
- Oštećen sluh – 3 %
- Kožne bolesti – 2 %



Izvor: Eurostat, Labour Force Survey 2007



### A vi? Koliko dugo sjedite?

Većina radnih mesta je sjedećih. U prisilnom položaju sjedimo barem 8 radnih sati i kada radnom vremenu dodamo i vrijeme u autu, ispred kućnog računala i na kauču, dobijemo rezultat: **skoro 15 sati sjedenja u neprimjerenom položaju!**

## »SpinaliS je važan kod preventive«

Ideja o konstrukciji stolice s pokretnom podlogom odnosno s pokretnim sjedištem mi se čini kao jedna od izuzetno bitnih stvari kod sprječavanja degeneracije diska. Zbog stalnih pokreta mišići kralježnice moraju stalno djelovati, te zbog toga ne dolazi do jednostranih opterećenja kralježnice odnosno diska, nego je to opterećenje raspoređeno na cijeli prostor između kralježaka, povremeno više s jedne strane, povremeno više s druge strane. Takvu stolicu preporučujem pacijentima s problemima kralježnice s bolom u lumbalnom predjelu, kako i u preostalom dijelu kralježnice, a osobito ljudima, koji mnogo sjede ili su prisiljeni na sjedeći položaj kod svog rada, za sprječavanje čestih problema u kralježnici. Čini mi se da je to jedna od bitnih preventivnih mjera za smanjenje problema u kralježnici.

Prof. dr. sci. JANKO POPOVIĆ, dr. med. – ortoped





## SPINALIS OMOGUĆUJE AKTIVNO SJEDENJE I VRAĆA ZDRAVLJE

Koristi korištenja SpinaliSa osjetit ćete već u prvima danima sjedenja na ovoj inovativnoj stolici. Za razliku od običnih kancelarijskih stolica mišići kralježnice su kod sjedenja na SpinaliSu cijelo vrijeme aktivni, a uz to i jačaju bez da bi se posebno posvetiti.

- Stalno jačanje mišića kralježnice
- Rasterećenje diskova i kralježaka
- Potiče uspravno držanje
- Jača mišiće trbuha
- Poboljšava prokrvavljenost lumbalnog predjela
- Neometano kretanje tijela u svim pravcima
- Pokretljivost karlice
- Bolji tonus mišića
- Poboljšanje disajne i probavne funkcije
- Manje opterećenje zglobova nogu
- Poboljšava ravnotežu i koordinaciju
- Dinamični efekt poboljšava cirkulaciju prostora između kralježaka, što je od izuzetnog značaja kod prevencije nastanka degenerativnih promjena na kralježnici
- Zbog pokretljivog naklona površine za sjedenje se smanjuje pritisak na velike žile krvotoka
  - Nasloni za ruke rasterečuju mišiće ramenog obruča
  - Ispravno oblikovana lumbalna potpora omogućava rasterećenje bokova, a kralježnica ostaje u ispravnom položaju

### Što je aktivno sjedenje?

*Aktivno sjedenje je sjedenje koje aktivira mišiće kralježnice i trbuha. Po pravilu takvo sjedenje zahtijevaju stolice s pokretnim sjedalom, pri čemu korisnik za očuvanje tijela u ravnoteži mora, aktivirati mišiće, pošto bi inače pao sa stolice. Terapeutska lopta je najbolji primjer sjedišta kod kojeg smo zbog pokretljivog sjedala prisiljeni da sjedimo ispravno s uspravnom kralježnicom. Takvo sjedenje potiče permanentnu aktivnost, jača mišiće kralježnice i trbuha i time rastereće pločice između kralježaka, otklanja bolove u kralježnici i povećava fizičku kondiciju.*

Što se dešava s vašom kralježnicom za vrijeme sjedenja na različitim stolicama?

## USPOREDBA SJEDENJA

### ERGONOMSKA STOLICA



### BOLOVI U KRALJEŽNICI ✗

Kralježnica se kod svakog pokreta „lomi“ u lumbalnom predjelu, što dovodi do ozljeda i bolova.

Pasivno sjedenje na ergonomskim stolicama s fiksnim sjedištem zbog neravnomjernih pritisaka na diskove prouzrokuje bolove i ozljede kralježnice.

### TERAPEUTSKA LOPTA



### ŠITI ZDRAVLJE ✓

Sjedenje na SpinaliSu oponaša sjedenje na terapeutskoj lopti.

Terapeutsku loptu u zdravstvu dugo preporučuju svima s ozljedom kralježnice. Jednako preporučena je i za djecu pošto ih prisili u aktivno sjednje – pravilno držanje, jačanje mišića kralježnice i trbuha.

### STOLICA SPINALIS



### ŠITI ZDRAVLJE ✓

Radi pokretljivog sjedišta, koje slijedi nagib tijela, kralježnica je cijelo vrijeme u ispravnom položaju.

Aktivno sjedenje na stolici Spinalis oponaša aktivno sjedenje na terapeutskoj lopti – jača mišiće kralježnice i trbuha, potiče ispravno držanje i time sprječava bolove u kralježnici.





# SpinaliS ERGONOMIC

Ljubazan prema vašoj kralježnici i novčaniku



Razigrani  
novajlja koji  
nezaustavljivo  
osvaja publiku



SpinaliS Ergonomic je novajlja u obitelji stolica SpinaliS. Stvorili smo je samo s željom, kako bi zdravo sjedenje bilo dostupno za svaki džep. S pametnim odabirom materijala i s optimizacijom sastavnih dijelova stvorili smo proizvod koji po funkcionalnosti u ničemu ne zaostaje za bilo kojim modelom stolica SpinaliS, pošto isto tako osigurava cijelovito aktivno sjedenje, dok je ujedno cjenovno pristupačniji.

Model Ergonomic je rezultat dugogodišnjih iskustava na području promocije aktivnog sjedenja. Dostupan je u više razigranih kombinacija boja koje će vas oduševiti. Obilježja ove stolice su prozračni naslon i laganost pošto je težak manje od 15 kg. Za Ergonomic stolcem često posegnu oni koji u svojem domu ili poslovnoj okolini trebaju još jednu stolicu SpinaliS (slično kao i drugi auto). Ergonomic je odličan odabir za đake i studente, te posebno za sve, koji žele kvalitetu življjenja i sjedenje po ugodnoj cijeni.

**Nikola Sekulović, Dan D**



»Godine bas gitare su me ujele za kralježnicu prije otprilike šest godina. Nakon kratke i efikasne terapije, stvorilo sam spisak obvezne uredske opreme: pored stola, prijenosnog računala, zvučnika, dodatnog monitora i štampača, tu se je našao i SpinaliS Basic. Nedavno sam konačno osmislio i kućni studio, ali ubrzo je bilo vidljivo, kako mi za normalan rad ne odgovara niti jedna stolica u stanu. Dobra iskustva skraćuju vrijeme za odluku. Razgovor u SpinaliSu konkretnizirao je potrebu i u kratkom vremenskom periodu dobio sam još jednu, kombiniranu stolicu: osnova je Basic (zbog pokretljivosti s gitarom uklonjeni su nasloni za ruke), naslon za kičmu je dio stomatološkog modela SpinaliS Dent. S tim sam u studiju pridobio efikasno, stabilno i aktivno oruđe. Najvažnije je: ne opterećujem se više s držanjem, mogu se posvetiti samo glazbi. Neophodno.«

#### TEHNIČKI PODACI:

tkanina: pamučna tkanina s izgledom kože i tkanina - mreža ili mikro-tkanina i tkanina - mreža, težina stolice: 14,50 kg, mjere stolice: širina 63 cm, dubina 63 cm, visina: 102 cm do 113 cm, dozvoljeno opterećenje: 40-110 kg, ambalaža: karton 62 x 54 x 84 cm.

Približne boje tkanina

Beige  
R119

Crna  
R904

Zelena  
R604

Kraljevsko  
plava  
R502

Crvena  
R303

Beige  
K119

Crna  
K904

Zelena  
K604

Kraljevsko  
plava  
K502

Crvena  
K303

# SpinaliS BASIC

## Osnova za prijatne radne dane

Aktivno sjedenje započeto je baš s modelom SpinaliS Basic. Po visini prilagodljiva pokretna stolica prati vaše pokrete i s tim sprječava nepravilne položaje koji su karakteristični za obične uredske stolice s fiksnim sjedištem. Naslon je u lumbalnom predjelu dodatno podložen tako da korisnika na prijatan način podupire u lumbalnom predjelu. Nasloni za leđa i ruke su pokretljivi, te se mogu podesiti po visini. Naslon za leđa slijedi pokrete vašeg tijela.

Osnovni model je dostupan u osam različitih boja, dok je okvir kod svih crne boje. Presvučen je s pamučnom tkaninom koja daje izgled kože, te je izuzetno prijatna na opip.

SpinaliS Basic najčešće biraju korisnici koji žele zdravo sjedenje osigurati kod kuće, za računalom ili za uredskim stolom, kod učenja ili bavljenja s hobijima u slobodnom vremenu. Prije kupovine vam svakako savjetujemo da u našem salonu isprobate sve modele stolica SpinaliS. Kod kupovine čemo vam savjetovati tako da će vaš odabir biti zaista najbolji za vas.

**Darija Strah, dr. med. spec.,  
ginekologije in porodništva**

»Sama sam majka dvoje djece i za vrijeme druge trudnoće sam cijelo vrijeme vodila ginekološku ambulantu, dok su me kod kuće čekale svakodnevne obaveze. Moguće je da sam se, baš zbog SpinaliSa i redovne vježbe koja nije premašila 15 minuta, u trudnoći osjećala izuzetno dobro. Stolicu SpinaliS toplo preporučujem svakoj budućoj majci, pošto svaki lijepi sat u trudnoći znači puno više nego što znači inače u životu.«

### TEHNIČKI PODACI:

tkanina: pamučna tkanina s izgledom kože,

težina stolice: 15,20 kg,

mjere stolice: širina 63 cm, dubina 63 cm, visina: 86 cm do 108 cm,

dozvoljeno opterećenje: 40-110 kg,

ambalaža: karton 62 x 52 x 56 cm

Približne boje tkanina

**Crna  
R904**

**Siva  
R711**

**Tamno  
plava  
R500**

**Kraljevsko  
plava  
R502**

**Bordo  
R304**

**Crvena  
R303**

**Narančasta  
R201**

**Tamno  
zelena  
R604**



Provjerena kvaliteta u koju se zaklinju mnogi



# SpinaliS SMART

Pametno rješenje kod manjka prostora

Zdrava radna  
okolina bez obzira  
na ograničeni  
prostor



SpinaliS Smart namijenjen je svima koji puno sjede, ali im okolina radnog mesta ili priroda posla ne dopuštaju prostor za veće SpinaliSove modele s naslonom za kičmu i ruke.

Smart je idealan za radna mjesta u trgovinama i bankama, u proizvodnji, ispred blagajni... Idealni je odabir za zubne tehničare, zlatare, fino-mehaničare i za druga posebna tehnička radna mjesta, gdje je radnik pognut iznad radne površine. SpinaliS Smart odlično funkcioniра svugdje gdje želimo bez obzira na prostorna ograničenja stvoriti korisniku prijatno i zdravo radno mjesto.

Osnovni model isporučujemo u osam različitih boja i s crnim okvirom. Presvućen je u pamučnu tkaninu s izgledom kože. SpinaliS Smart ima po visini podesivo sjedište i manji naslon za kičmu i ruke.

**Zdenko Podlesnik,  
menadžer**



»Kod rada zaista puno sjedim, ponekad i po 12 sati dnevno, najviše ispred računala. Isprobao i koristio sam već puno različitih stolica, pošto sam svjestan, koliko bitno je ispravno sjedenje za zdravlje i da se dobro osjećamo. Nekih većih problema s kičmom nemam, ali svakako osjetim posljedice predugovog sjedenja. SpinaliS se bitno razlikuje od stolica koje sam koristio do sada. SpinaliS zahtjeva aktivno sjedenje i onemogućava svako neispravno držanje kod sjedenja. Sjedenje na SpinaliSu slično mi je rekreaciji: leđni mišići su cijelo vrijeme sjedenje lagano zategnuti i aktivni, a pokreti su olakšani. Nakon dužeg sjedenja osjećam se slično kao i nakon umjerene rekreacije i ne više tvrdi i umorno od dugotrajnog prisiljenog držanja tijela. Potrebno je određeno vrijeme da se privikneš na sjedenje na SpinaliSu, ali si njegovih dobrih osobina svjestan izuzetno brzo. SpinaliS ocjenjujem kao revolucionaran i visoko kvalitetan proizvod, koji može bitno smanjiti negativne posljedice dugotrajnog sjedenja. SpinaliS mi je poboljšao kvalitetu života.«

**TEHNIČKI PODACI:**

tkanina: pamučna tkanina s izgledom kože,  
težina stolice: 10,70 kg,  
mjere stolice: širina 63 cm, dubina 63 cm, visina: 64 cm do 74 cm,  
dozvoljeno opterećenje: 40-95 kg.  
ambalaža: karton 62 x 52 x 56 cm

Približne boje tkanina

Crna  
R904

Siva  
R711

Tamno  
plava  
R500

Kraljevsko  
plava  
R502

Bordo  
R304

Crvena  
R303

Narančasta  
R201

Tamno  
zelena  
R604

# SpinaliS APOLLO

Naglašena potpora lumbalnog dijela

SpinaliS Apollo je poseban. Kao i kod svih SpinaliSovih stolica i Apolloovo sjedište pokretljivo je i po visini podesivo. Ne dopušta vam nepravilni položaj i potiče aktivno sjedenje, te s tim krijeći vaše leđne mišiće.

Od drugih Spinalis stolica ga izdvaja izrazita elegancija i naglašena udobnost. Kada smo ga oblikovali slijedili smo želje korisnika i u sjedište dodatno umetnuli jastučice, koji nude veću udobnost karlici. Apollo je dodatno podložen u naslonu, te zbog toga nudi pogotovo prijatno držanje leđa. Nasloni za ruke i naslon za kičmu, su podesivi po visini. Naslon i sjedište su presvučeni u pamučnu tkaninu s izgledom kože. Dostupan je u osam boja s crnim okvirom.

Iako se Apollo zbog svojih podloženih dodataka svrda pogotovo nježnjijem spolu, to ne znači, da ne uvjeri i brojne muške korisnike, kojima je pored zdravlja bitna i udobnost.

Dodite u naš salon i isprobajte druge modele stolica SpinaliS.



**prim. dr. JANEZ TASIČ,  
dr. med. spec.  
internist - kardiolog**

»Neprestani pokreti, koje zahtjeva sjedenje na SpinaliSu, jača mišiće kralježnice, kralježaka, a diskovi su jednakomjerno opterećeni. S aktivnim sjedenjem sprječavamo povrede kralježnice. SpinaliS stolice preporučujem svima koji dugo sjede, pogotovo, ako sjede u nepravilnom i prisiljenom položaju.«

#### TEHNIČKI PODACI:

tkanina: pamučna tkanina s izgledom kože,

težina stolice: 14,8 kg,

mjere stolice: širina 63 cm, dubina 63 cm, visina: 104 do 126 cm,

dovoljeno opterećenje: 40-110 kg,

ambalaža: karton 62 x 52 x 56 cm

Približne boje tkanina

**Crna  
R904**

**Siva  
R711**

**Tamno  
plava  
R500**

**Kraljevsko  
plava  
R502**

**Bordo  
R304**

**Crvena  
R303**

**Narančasta  
R201**

**Tamno  
zelena  
R604**



Za sve  
koji cijene  
udobnost

# SpinaliS HACKER

## Najprodavaniji model



*Neka svaki trenutak za računalom bude popraćen s aktivnim sjedenjem*



Konačno su i računarski entuzijasti dobili svog favorita. SpinaliS Hacker ima pokretno, po visini podešivo sjedište. Zbog aktivnog sjedenja i očuvanja tijela u ravnoteži ne dolazi do neispravnih položaja kralježnice, kao što je to često kod stolica s fiksnim sjedištem. Naslon za leđa opomaša oblik ukrivljenosti kralježnice i slijedi vaše pokrete.

Naslon i ručke za ruke su podešivi po visini. Osnovni model dobavljamo u osam različitih boja i s crnim okvirom. Tapeciran dio je presvučen u pamučnu tkaninu koja ima izgled kože. Naslon je od crne mreže koja propušta zrak. Za dodatnu potporu kralježnice dodan je na opip prijatan pamučni tapecirani element s izgledom kože.

Hacker je između svih modela SpinaliS, najprodavanija stolica. Već zbog svog imena se sviđa svima koji puno vremena provode ispred računala, kako na poslu tako i kod kuće.

Prije kupovine vašeg SpinaliSa vam savjetujemo da u našem salonu isprobate sve modele i da se uvjerite koji vam najviše odgovara. Možda će vam se na prvi pogled sviđati jedna, a po osjećaju kod sjedenja može vas iznenaditi neka druga. Savjetovat ćemo vam tako da će odabrani model postati vaš prijatelj kod očuvanja vaše kralježnice zdravom.

**DONALD J . HOPKINS,  
kiropraktičar**



»SpinaliS je zasnovan tako, da ispravlja pogrešno držanje tijela. Odličan je za ljude koji na radnom mjestu cijeli dan sjede. Kralježnici osigurava potporu i poboljšava držanje, što je nužno za ljude koje trpe zbog bolova u lumbalnom predjelu. Isprobajte ovu stolicu, kralježnica će vam biti zahvalna.«

**TEHNIČKI PODACI:**

tkanina: pamučna tkanina s izgledom kože i tkanina - mreža,  
težina stolice: 15,00 kg,  
mjere stolice: širina 63 cm, dubina 63 cm, visina: 97 do 119 cm,  
dozvoljeno opterećenje: 40-110 kg,  
ambalaža: karton 62 x 52 x 56 cm

Približne boje tkanina

Tamno plava  
R500

Narančasta  
R201

Crvena  
R303

Siva  
R711

Crna  
R904

Tamno zelena  
R604

Kraljevsko plava  
R502

Bordo  
R304

# SpinaliS SPIDER

## Komfor s obloženim sjedištem i naslonom

SpinaliS Spider oduševljava s svojim futurističkim izgledom, kojeg ne možemo previdjeti. Naravno da i Spider, kao i svi modeli SpinaliS, ima po visini podesivo i pokretno sjedište, koje vas potiče na aktivno sjedenje i na pravilno držanje tijela.

Dio za sjedenje je za veći komfor dodatno podložen. I naslon za leđa je u lumbalnom predjelu dodatno podložen, te je zajedno sa ručkama podesiv po visini. SpinaliS Spider smo presvukli u kombinaciju prestižne alcantare i mikrovlakana, koji djeluje izuzetno elegantno na pogled, a i na opip je jako prijatan. Osnovni model dobavljamo u četiri različite boje tkanine i s crnim okvirom.

Uvjereni smo da će vas oduševiti sa svojim izgledom, te komforom i svojom funkcionalnošću. Isprobajte stolicu i potvrdite svoju odluku.



**DUŠAN PUŠNIK,**  
*dr. med. oftalmolog*

»SpinaliS koristim kod svog rada u očnoj ambulanti i kod operacija očiju. Kod rada u ambulanti imam puno pokreta koji opterećuju pogotovo lumbalni dio kičme. Stol SpinaliS mi omogućava da ploča sjedišta stolice prati pokrete kralježnice. Stolica SpinaliS rasterećuje opterećenja u lumbalnom predjelu, te ih jednakomjerno podijeli. Korištenje stolice SpinaliS mi, po mojim iskustvima, omogućava posredno jačanje muskulature kičme i ujedno omogućava razgibavanje kod višesatnog sjedenja. Pored toga mi kod operacija velika pokretljivost stolice omogućava neprestano prilagođavanje cijelog tijela tako, da mi olakša pristup do operativnog polja. Stolice koriste i asistentice, koje isto tako pozitivno ocjenjuju njeni korištenje. Sjedenje na ovoj stolici im neprestano potiče aktivnost cijele kralježnice i muskulature kičme. Tako se, bez obzira na sjedenje, jačaju mišići kralježnice, dok je kralježnica cijelo vrijeme u pokretu, te se tako posredno razgibava.«

### TEHNIČKI PODACI:

tkanina: Alcantara i tkanina,  
težina stolice: 16,11 kg,  
mjere stolice: širina 67 cm, dubina 67 cm, visina: 104 do 126 cm,  
dozvoljeno opterećenje: 40-110 kg,  
ambalaža: karton 64 x 57 x 65 cm

Približne boje tkanina

**Kraljevsko  
plava**  
**A502**

**Crna**  
**A904**

**Crvena**  
**302**

**Narančasta**  
**A201**



*Da, aktivno  
sjedenje stvarno  
može biti tako  
ugodno*

# SpinaliS NAVIGATOR

## Potpuno prilagođavanje



*Nježno držanje  
u lumbalnom  
predjelu, stabilna  
potpora  
kralježnice*



I Navigator, kao i svi modeli stolica SpinaliS, zbog pokretnog sjedišta potiče ka ispravnom držanju i slijedi vaše pokrete. Zbog toga ne dolazi do nepravilnih položaja, kao što se to često dešava kod stolica s fiksnim sjedištem.

Sjedište, naslon i ručke su podesive po visini. Naslon se kreće zajedno s vama i u cijelini podupire leđa. U lumbalnom predjelu naslon je podložen i ergonomski oblikovan, što pozitivno utječe na to da se dobro osjećate.

Navigator je na raspolaganju u osam boja. Presvučen je u mikrotkaninu koja daje izgled prestižne alcantare, dok je okvir crne boje. Zbog svog visokog naslona priljubljena je kod viših osoba. Pogotovo se sviđa muškarcima, a radi podloženog lumbalnog dijela ipak privlači i brojne žene.

**RAŠA SRAKA, europska  
prvakinja u džudu**



»Vrhunska sam sportašica, s džudom se aktivno bavim već 15 godina. Posljedice napornih treninga, vježbi s tegovima i duge vožnje s kombijem na razna takmičenja, su se nakon svih godina takmičenja započele odražavati i na mojoj kralježnici. Kod opremanja svog radnog kutka sam zbog toga bila još toliko više obazriva na kvalitetnu i udobnu opremu. SpinaliS su mi preporučili prijatelji, a kada sam stolicu vidjela kod svoje fizioterapeutkinje, stolicu sam htjela i isprobati. Već nakon nekoliko sjedenja na SpinaliSu, bila sam oduševljena. Na pokretljivost sjedišta privikla sam se bez problema, te sam već nakon nekoliko sati sjedenja na stolici osjetila, kako je moja kralježnica rasterećena i konstantno u pravilnom, ne zamornom položaju. SpinaliS mi sada omogućava da mogu sjediti za pisaćim stolom bez problema i po više sati.«

**TEHNIČKI PODACI:**

tkanina: mikrotkanina,  
težina stolice: 15,91 kg,  
mjere stolice: širina 67 cm, dubina 67 cm, visina: 113 do 135 cm,  
dozvoljeno opterećenje: 40-110 kg,  
ambalaža: karton 64 x 57 x 65 cm

Mornarsko  
plava  
**D510**

Crna  
**D904**

Bordo  
**D402**

Crvena  
**D327**

Tamno  
zelena  
**D605**

Narančasta  
**D203**

Tamno  
smeđa  
**D817**

Tamno  
plava  
**D503**

Približne boje tkanina

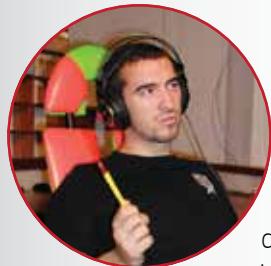
Komfor, prestiž i zdravlje su kombinacije koje uvjere i one najzahtjevниje. SpinaliS Pilot će vas oduševiti sa svim nabrojanim. Namijenjen je onima koji žive aktivno i koji žele imati najbolje, te su odgovorni prema sebi i svome zdravlju.

Iznimni komfor modela Pilot omogućava zračni jastuk, s kojim smo podložili po visini podesivi dio za sjedenje. Naslon za glavu je fiksni, leđni dio s ručkama pa se može podesiti na željenu visinu. Pored toga ga možete podesiti i po dubini i tako odredite položaj koji vam najviše odgovara.

Pilot je dostupan u četiri prestižne poslovne boje u kombinaciji kože i alcantare.

Posebna konstrukcija ima ugrađeno nekoliko jaču oprugu, koja još uvijek omogućava aktivno sjedenje, te rastereti kralježnicu.

Prestiž, kakav bi željeli svi. Odaberite ga i vi.



**MARKO POTRČ, Guinnessov svjetski rekorder**

»Prije postavljanja rekorda sam dugo razmišljao o odgovarajućem sjedištu, s kojim bi mogao pobijediti 122 sati neprekidnog vođenja radijskog programa i s time povezanog neprekidnog sjedenja. Na moju sreću, čuo sam za stolicu SpinaliS i već nakon samog opisa bio sam oduševljen nad njom. Kada sam isprobao stolicu, bilo je jasno: to će biti stolica, na kojoj ću postaviti svjetski rekord! Unatoč činjenici da sam sjedio više od 122 sati, te da nije bilo mnogo kretanja van studija, ovo vrijeme sam preživio bez bolova u kralježnici koji se nama inače pojave kod dugotrajnog sjedenja. Cijela kralježnica je tako unatoč strahovima mnogih postala dio koji mi je prouzrokovao najmanje problema. SpinaliS mi je kod mojeg pothvata zasigurno izuzetno pomogao.«



Najprestižniji model iz porodice SpinaliS

### TEHNIČKI PODACI:

tkanina: Alcantara i koža,  
težina stolice: 26,11 kg.  
mjere stolice: širina 67 cm, dubina 73 cm, visina: 134 do 147 cm.  
dozvoljeno opterećenje: 50-120 kg.  
ambalaža: karton 56 x 65 x 98 cm

Približne boje tkanina

Smeđa  
L819

Crvena  
L302

Crna  
L904

Siva  
L723

# SpinaliS DENT

Za posebna radna mjesta

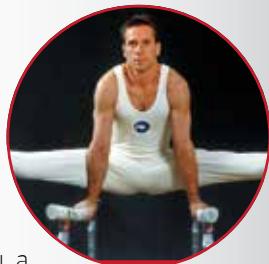
Idealan za  
radna mjesta  
gdje je bitna  
sterilnost



Spinalis Dent je namijenjen posebnim radnim mjestima (stomatolozi, zubni tehničari, okuliste ...), gdje se je potrebno naginjati iznad pacijenta odnosno iznad radne površine, a uz to održavati najveću moguću mobilnost. Zbog pokretljivog sjedišta sjedalo slijedi pokrete tijela i s tim sprječava nepravilne položaje. Sjedište i naslon za ruke te leđa se vrte i kreću neovisno, što omogućava udobnost i u neobičnim položajima.

Dent je odličan odabir za radne okoline, gdje je sterilnost izuzetno bitna. Presvučen je u tkaninu koja omogućava dezinfekciju, te ima kromirani okvir i obruč za noge. Dobavljen je u tri boje.

**Aljaž Pegan, svjetski i  
europski prvak na šipki**



» Već 20 godina se bavim sa športskom gimnastikom. Cijeli moj život podređen je samo jednom cilju, a to je da osvojam medalju. Zbog toga na svakom takmičenju moram biti maksimalno fizički i psihički spremna. Godine 1997. sam kod pada sa šipke ozlijedio kralježnicu. Jedan disk je pri tome puknuo, jedan je bio priklješten, te je zbog toga moja športska karijera bila pod velikim upitnikom. Operacije sam odbijao pošto bi nakon toga bila smanjena pokretljivost moje kralježnice. S različitim terapijama mi je uspjelo povredu sanirati do neke mjere, ali nikada ne znam, kada će da me „uštine“ u lumbalnom predjelu kralježnice. Takvo stanje održavam s redovnim posjetama masera i kiropraktičara, te s neprestanom mišlju na ispravno držanje kralježnice. Pošto i studiram, dosta vremena sjedim i uvek pazim na ispravno držanje kralježnice, što je na običnoj stolici ponekad izuzetno teško i naporno. Slučajno sam saznao za pokretnu radnu stolicu SpinaliS. U početku mi se njegova uporaba činila besmislenom, ali sam ubrzo osjetio olakšanje. Pošto je kod sjedenja na toj stolici kralježnica u ispravnom položaju, mišići uz nju preuzimaju opterećenja kralježnice. Nakon sjedenja na stolici SpinaliS moja je kralježnica rasterećena i pripremljena na novi trening bez dodatnih vježbi za zagrijavanje, koje su prije korištenja stolice bile neizbjegljive. Svoje ozljede s korištenjem stolice ne bi mogao sprječiti ali sam uvjeren da bi mi korištenje SpinaliSa odmah nakon ozljede skratilo vrijeme oporavka.«

**TEHNIČKI PODACI:**

tkanina: antibakterijska tkanina,  
težina stolice: 14,00 kg,  
mjere stolice: širina 63 cm, dubina 63 cm, visina: 78 do 91 cm,  
dozvoljeno opterećenje: 90-110 kg,  
ambalaža: karton 62 x 52 x 56 cm

Približne boje tkanina

Bež  
P901

Tamno  
plava  
P503

Svetlo  
zelena  
P518

# OD VLASTITIH BOLOVA DO SVJETSKE INOVACIJE

## Priča o SpinaliSu

Prije otprilike 15 godina Tomaž Ham se prvi put susreo s bolom u kralježnici. Problemi zbog sportskih povreda su se samo povećavali, te su doktori zbog toga savjetovali korištenje terapeutske lopte. Pošto sjedenje na lopti u službenom uredu nije bilo niti praktično, niti primjereno, Tomaž je započeo s izradom prve stolice, koja je oponašala sjedenje na lopti.

U kućnoj radionici je izradio prvu stolicu s pokretljivim sjedištem, te nakon toga za ocjenu prototipa zamolio uglednog ortopeda dr. Janka Popovića. Nakon njegovog oduševljenog odaziva i pozitivne ocjene, rođena je stolica SpinaliS, koja je u proteklom vremenu postala sinonim za aktivno sjedenje i aktivno življenje.

Spinalis danas nezaustavljivo osvaja svijet. Osvojio je brojna priznanja za inovativnost, između ostalog i Business Award za najinovativniju europsku ideju. Između svih 'nagrada' najveća je možda ona koju ne dodjeljuje ni jedna međunarodna institucija: Tomaž Ham se danas bez problema u kralježnici bavi sa svim svojim omiljenim sportovima.



## SpinaliS POGODNOSTI



*Ekipa, koja brižno i predano izrađuje vaš SpinaliS, želi vam zdravo sjedenje.*

### BEZ RIZIKA

S garancijom dobre kupovine omogućavamo kupcu da vrati stolicu SpinaliS u roku 30 dana od dana dostave, u slučaju, da sa sjedenjem na SpinaliSu nije zadovoljan.

Kupcu, kojemu SpinaliS nije zadovoljio očekivanja i želi ostvariti garanciju dobre kupovine, vraćamo cijelu kupovnu cijenu u slučaju, da je stolica SpinaliS neoštetećena vraćena s garancijskim listom i u originalnoj ambalaži. U slučaju da nezadovoljni kupac vrati stolicu koja je zaprljana, pa je istu moguće očistiti, kupcu naplaćujemo za čišćenje 10 % od vrijednosti stolice. Kupac, koji ostvaruje garanciju dobre kupovine, u sljedećih 12 mjeseci nema pravo na kupovinu nove stolice SpinaliS.



### GARANCIJA

SpinaliS ima trogodišnju garanciju za sve dijelove osim za tkaninu. Savjet: Kod odabira boja vašeg SpinaliSa uzmite u obzir, kako se svjetlije nijanse brže zaprljavaju. Boje tkanina na ljestvici boja kod opisa pojedinog modela su približne. Prirodna obilježja kože i vidljive sirovinske greške nisu predmet reklamacije.



Kod projektiranja i izrade SpinaliSa uzeti su u obzir slijedeći standardi:

- EN 1335-1,
- EN 1335-2,
- EN 1335-3 in
- DIN 4551.

### BESPLATNA DOSTAVA

# PRVE GODINE SU ODLUČUJUĆE ZA ZDRAVLJE KRALJEŽNICE

»Loše oblikovana kralježnica u dječjoj dobi će prouzrokovati probleme u zrelog razdoblju.«

Prve godine života odlučujuće su za zdravje kralježnice, pogotovo vrijeme ubrzanog rasta između 6. i 12. godine starosti. Nepravilan položaj tijela u ranom djetinjstvu i zatim u pubertetu (na primjer u školskoj klupi ili ispred televizora), previše teške školske torbe ili neki drugi teret (sportska oprema), nepravilna ishrana i nedovoljna fizička aktivnost – sve to može negativno utjecati na izgradnju i razvoj lokomotornog, pogotovo mišićno-skeletnog sustava. Slabo formirana kralježnica u školskom razdoblju će prouzrokovati probleme u zrelog razdoblju, pošto se pogotovo u ranim fazama razvoja mogu pojavit nepravilne krivulje.

Ivica FLIS SMAKA, dr. med.,

Spec. fizikalne medicine in rehabilitacije

vir: <http://www.oblizi.si>



## ZA SREĆU I ZDRAVLJE DJECE

Učenje je naporan misaoni proces, koji djetetu oduzima puno energije. Poznato je, da odgovarajuća aktivnost mišića za vrijeme učenja pomaže kod bolje koncentracije, dok prevelika opuštenost mišića ili prevelika napetost ili opterećenost mišića prouzrokuje pospanost odnosno prekomjerni umor.

SpinaliS djetetu za vrijeme sjedenja pomaže kod održavanja odgovarajućeg tjelesnog držanja, te mu s tim omogućava odgovarajuću mišićnu aktivnost i sprječava prekomjerni umor zbog preopterećenja mišića. Tako dijete za vrijeme sjedenja na SpinaliS ostane koncentrirano duže vrijeme, kod učenja je više pažljiv, a pogotovo se na školski rad za pisaćim stolom privikne lakše, brže i na nestrašniji način.

## Sjedenje i pokreti istovremeno – pobjednička kombinacija za naše mališane

»SpinaliS zaradi svoje pokretljivosti optimalno zadovoljava potrebu djeteta za pokretima i za vrijeme obrade ljekara. Cijelo vrijeme sjedenja omogućava da je tijelo aktivno i u ispravnom položaju, što je poželjno polazište za bolju govornu motoriku i s time uspješniju obradu kod logopeda. Za većinu djece SpinaliS je bolji odabir od terapeutске lopte.«

IRENA LOGONDER, logoped



## DJECI PRIUŠTIMO NAJBOLJE!

Djeca u sebi nose stalnu potrebu za kretanjem. Njima je nepomično sjedenje i gledanje u knjige približno toliko zahtjevno kao za odrasle krcati rasprodred rada. Omogućimo djeci pobjedničku kombinaciju – kretanje i sjedenje ujedno!

Osigurajmo im aktivno sjedenje na stolicama SpinaliS i s tim sprječimo probleme s kralježnicom.

Investicija koju nećete požaliti!



## Zabavan prijelaz s igre ka radu

SpinaliS nudi djeci mogućnost drugaćijeg, zanimljivijeg kretanja, nego što su ga navikli kod sjedenja na običnim stolicama, te im s time nudi mogućnost više zabavnog prelaska sa igre na ozbiljan školski rad. Mišljenja sam, da SpinaliS, pored brojnih efekata na tjelesno držanje, i s psihološkog vidika može pomoći lakšemu radu u školi i većoj koncentraciji kod učenja, te zbog toga projekt "Kralježnici prijateljska škola" u potpunosti podupirem i držim palčeve da će s vremenom u ovaj projekat biti uključeno sve više škola i sve više djece.

Tina Rutar Leban, univ. dipl. psih., Pedagoški inštitut, Ljubljana

# Projekt: KRALJEŽNICI PRIJATELJSKA ŠKOLA

U SpinaliSu veliku pažnju posvećujemo i dječjim kralježnicama, zbog toga smo se odlučili, da izvršimo istraživanje. S jednom od ljubljanskih osnovnih škola dogovorili smo se za zajednički projekt „Kralježnici prijateljska škola“. Projekt u kojem pratimo dva razreda teče od 2006. godine. Jedan razred je opremljen s običnim školskim stolicama, drugi razred s dječjim stolicama SpinaliS, koje su prilagodene sjedenju i radu u školi. Djecu prate fizioterapeuti i ortopedi, koji svake godine obave pregled. Pri tome kontroliraju njihovo držanje, snagu mišića kralježnice, te opće stanje kralježnice. Psihoterapeutkinja uz pomoć videosnimaka provjerava koncentraciju kod školskog rada, pošto stolice SpinaliS utiču i na prokrvavljenost tijela i s time posljedično na snagu koncentracije. Video snimke i psihološke testove, koji su pripremljeni specijalno za ovaj projekt, izvršavamo jednom godišnje.

U prvoj i drugoj godini razlike su bile samo u koncentraciji i sposobnosti mirnog sjedenja, pošto se djeca u prve dvije godine za vrijeme nastave još dosta kreću. Pošto je djeci s sjedenjem na stolicama SpinaliS bila zadovoljena potreba za kretanjem, bilo je manje nemirnog sjedenja i ustajanja za vrijeme nastave, pošto su se mogli ljudjati i kretati za vrijeme sjedenja. U drugom razredu bilo je više smetnji nastave s ljuštanjem unazad i više ustajanja. Koncentracija i rezultati kod testova bili su bolji u razredu sa stolicama SpinaliS već od prvog razreda pa nadalje.

Kod posljednjeg uspoređivanja oba razreda razlike su bile očite: pogotovo u razvijenosti mišića leđa i trbuha, bolje držanje i manje česta prekomjerna težina djece, bili su tipični pokazatelji u razredu sa stolicama SpinaliS.

Dosadašnji rezultati pokazuju da i djeca kod svojeg sjedećeg rada trebaju aktivno sjedenje, pa neka to bude na terapeutskoj lopti ili na stolicama SpinaliS. O tome svjedoči i oduševljenje djece, a još više njihovih roditelja, koji su u pogledu projekta „Kralježnici prijateljska škola“ oduševljeni.

BRIGITA BUKOVEC,  
atletičarka, olimpijska vice prvakinja

I nakon završene sportske karijere imala sam probleme s kralježnicom, te sam zbog toga izbjegavala dugotrajno sjedenje, npr. Ispred računala. Neuspješno sam zamijenila nekoliko stolica i u tu svrhu potrošila i dosta novca. Sada sam konačno pronašla! SpinaliS je jedina stolica koja je izrađena tako da se ona prilagođava meni a ne obrnuta, te zbog toga moje tijelo neometano i bez bolova izdrži dulje sjedenje. Pošto želim dobro i svojoj djeci, bilo je odmah jasno, da će stolicu koristiti i oni. To je ono što svi trebamo!



## UGLEDNI ORTOPED UPOZORAVA: »SLABO DRŽANJE MOŽE SE ISPRAVITI!«

»Kada govorimo o držanju, mislimo na držanje cijelog tijela, ne samo na držanje kralježnice. Za normalno držanje važi da kod očuvanja tijela u ravnoteži treba najmanje mišićnog napora i da je uz to kralježnica što više zaštićena pred degenerativnim promjenama i ozljedama.

Razdoblje odrastanja je zbog toga izuzetno bitno za razvoj držanja, pošto se u to vrijeme zbog različitih utjecaja okoline (dugotrajno sjedenje, nošenje teških torbi u samo jednoj ruci, savijanje iznad pisaćeg stola ...) može razviti neodgovarajuće refleksno držanje, koje ostane trajno, bez obzira na to, da nisu ni razumni, ni efikasni. Djete sa slabim držanjem odraste u čovjeka sa slabim držanjem, koji se kasnije kreće i održava ravnotežu, te obavlja svoje zanimanje, s većim mišićnim naporom, što se kasnije pokazuje u bržem umaranju, manjoj produktivnosti i bržem starenju tkiva.

Srećom je nepravilno držanje često posljedica nedovoljnog i nepravilnog djelovanja mišića, koje se mogu, s voljom i disciplinom potpuno otkloniti (za razliku od deformacija i drugih ozljeda).

Glavni uzročnik za pojavu nepravilnog ili slabog držanja kod djece i omladine jeste zamor središnjeg živčanog sustava. Malo predškolsko dijete je tjelesno iznimno aktivno, pogotovo u okolini, koja mu to

dopušta. Sa ulaskom u školu je odjednom prisiljeno, da dosta sati mirno sjedi. Pri tome mu je naložen i rad kod kuće, koji opet zahtijeva sjedenje.

Djetetu se otvara novi duševni svijet, a ujedno slab i njegov prirodni nagon za kretanjem. Ako tome dodamo i manjak čistog zraka, sunčeve svjetlosti i kvalitetne punovrijedne hrane, onda nije čudno, kako svi ti čimbenici ujedno s manjkom kretanja i brojnim štetnim utjecajima moderne civilizacije, vode do kroničnog umora i do velikog broja primjera slabog držanja.

»Ideja stolice s pokretljivim sjedištem, čini mi se kao jedna od bitnih stvari za sprječavanje slabog držanja a s tim i za sprječavanje degeneracije diskova. Stolicu SpinaliS svakako preporučujem već u školskom razdoblju pošto omogućava aktivno sjedenje i jača mišiće, a ujedno djeci omogućava slobodu kretanja.«

Dr. Janko Popović, ortoped

# ČESTA PITANJA O SPINALISU

## Zašto je SpinaliS tako poseban?

Zato što slijedi kretanju tijela i time održava kralježnicu u ravnoteži. To mu omogućuje u sve smjerove pokretljivo sjedalo koje se uz svaku kretnju tijela pomakne u smjeru kretnje zdjelice i kralježnice, a time održava kralježnicu čitavo vrijeme u pravilnom položaju.

## Zašto bi svatko trebao upotrebljavati SpinaliS?

Zato što samo zdravi u punoj mjeri možemo uživati život, a SpinaliS nam značajno pomaže kod održavanja zdrave kralježnice. Na SpinaliSu su leđni i trbušni mišići zbog aktivnog sjedenja sve vrijeme aktivni, pri tom se jačaju, rasterećuju diskove i kralješke, a time sprečavaju nastanak oštećenja i bolova kralježnice.



## Sjedenje na stolici SpinaliS se čini prilično nestabilnim...

Na prvi pogled je doista tako, no već nakon nekoliko dana aktivnog sjedenja SpinaliS postaje vrlo udoban. Na početku privikavanja na SpinaliS osjećaj je neobičan, budući da smo navikli na uobičajene stolice s fiksnim sjedištem. Na njima sjedimo s opuštenim leđnim mišićima, što vodi do oštećenja kralježnice. Sjedenje na SpinaliSu se može usporediti sa sjedenjem na terapeutskoj lopti na kojoj sve vrijeme treba održavati ravnotežu. Iako početku izgleda naporno, na aktivno se sjedenje vrlo brzo naviknemo.

## Ukoliko su mišići sve vrijeme aktivni, jesu li na kraju dana još umorniji, nego na uobičajenoj stolici?

Tako se čini na prvi pogled i prvi nekoliko dana je zaista tako. Slično je kao da smo bez kondicije išli trčati maraton. Kako biste se osjećali sljedeći dan? I sjedenje na SpinaliSu prve dane zahtijeva nešto napora, jer tijelo treba određeno vrijeme da se navikne na aktivno sjedenje. Kad mišići ojačaju, sjedenje na SpinaliSu postaje pravi užitak. Snažni leđni mišići preuzmu odlučujuću ulogu potpore kralježnici i tako nas nakon desetsatnog ili višesatnog sjedenja SpinaliSu leđa ne bole.

## Koliko će vremena trebati da se naviknem na tu stolicu?

To ovisi od trenutnog fizičkog stanja vaših leđnih potpornih mišića. U prosjeku prva faza privikavanja traje nekoliko sati, a druga faza može trajati od nekoliko dana do nekoliko tjedana, sve dok mišići ne ojačaju i preuzmu ulogu nosioca kralježnice. Nakon dva ili tri dana se mogu pojaviti blagi bolovi, mišićna upala ili takozvani muskelfiber koji obično traje dan ili dva. To je normalna reakcija na aktivnost i zapravo je odličan znak, jer znači da su mišići, koji su prije bili neaktivni, iznova počeli preuzimati ulogu nosioca kralježnice. Nakon te faze sjedenje na SpinaliSu postaje neizmjeran užitak.

## Da li je ta stolica prikladna za cijelodnevno sjedenje?

Ne samo da je prikladna, već je i vrlo preporučljiva. SpinaliS je namijenjen prije svega onima koji sjede više od dva sata dnevno, jer sprečava oštećenja i bolove koji nastaju zbog dugotrajnog sjedenja na uobičajenim stolicama s fiksnim sjedalom. Posebno je preporučljiv za djecu i omladinu, koja sve više vremena presjedi kod učenja ili ispred računala, a njihovi leđni mišići zbog nedostatka kretanja i brzog rasta nisu dovoljno jaka potpora kralježnici.

## Da li je zdravstveno potvrđeno da ta stolica „djeluje“?

Brojna klinička testiranja s terapeutskom loptom pokazala su da je aktivno sjedenje jedini koristan način sjedenja. Upravo aktivno sjedenje je osnovna ideja stolica SpinaliS koje s istovremenim kretanjem zdjelice i kralježnice aktiviraju mišiće, a time sprečavaju pogrešne kretnje – najčešći uzrok oštećenja i bolova u kralježnici. Brojna pozitivna mišljenja liječnika potvrđuju učinkovitost SpinaliSa, a o tome svjedoče i mnoge izjave zadovoljnih korisnika.

## Da li stolicu preporučujete i osobama s oštećenom kralježnicom?

Savjetujemo da se korisnici s ozlijedenom kralježnicom (posebno kod težih ozljeda, nakon operacije ili nakon zahtjevnijih dijagnoza) prije kupovine SpinaliSa prethodno savjetuju sa svojim ortopedom, koji neka savjetuje da li je stanje pacijenta već odgovarajuće za upotrebu terapeutske lopte ili stolice SpinaliS.

## Tko izrađuje stolice SpinaliS, da li su europski proizvod?

Stolice SpinaliS su plod domaćeg, slovenskog razvoja. Radi se o originalnom inovativnom patentu čiji je nosioc Tomaž Ham, vlasnik tvrtke HAM d.o.o. I čitava proizvodnja, s izuzetkom dvaju elemenata, odvija se u Sloveniji pod dirigentskim štapom tvrtke HAM i u suradnji s kooperantima.

## Kako SpinaliS treba održavati? A servis?

Stolice SpinaliS ne trebaju posebno održavanje, povremeno odnosno prema potrebi ih obrišemo vlažnom krpom i blagim deterdžentom. Svi vitalni dijelovi i čitava konstrukcija stolica izrađena je iz metalnih elemenata, što jako smanjuje mogućnost kvarova i stolicama jamči izuzetno dug životni vijek – najmanje 10 godina. Moguće kvarove uklanjamo najkasnije u nekoliko dana, jer se čitava proizvodnja odvija u Sloveniji te je stoga vrijeme popravka vrlo kratko.

## Kakva garancija važi za SpinaliS?

Za sve stolice SpinaliS nudimo trogodišnju garanciju koju priznajemo na funkcionalnost stolice. Garancije ne uzimamo u obzir kad se oštrim predmetom ošteti tkanina. Inače je uobičajen životni vijek stolica SpinaliS 10 godina i više.

## Zašto je SpinaliS skuplj od drugih stolica?

SpinaliS je nemoguće uspoređivati s drugim stolicama koje ne omogućuju aktivno sjedenje. To bi bilo slično kad bismo uspoređivali crvenu jabuku i rajčicu koje su na prvi pogled zaista slične, a kad ih okusimo, utvrđimo da su potpuno različite.

Dobro zdravlje se ne da kupiti, a možemo investirati u SpinaliS i početi živjeti bez bolova u ledima. SpinaliS je testiran i mišljenja više tisuća korisnika potvrđuju njegovu vrijednost i cijenu. Iako na prvi pogled cijena zaista nije niska, u sporedbi s vrijednosti našeg zdravlja ta je investicija više nego smisaona. Kad bismo izračunali koliko novca namijenimo fizioterapeutima, posjetima liječnika ili čak samonaplativim zdravstvenim zahvatima, a da i ne spominjemo duge tjedne izostanaka na poslu i s tim povezanim ispadom prihoda... Zapravo su zdravlje i kralježnica bez bolova vrijedni svog novca ovog svijeta i čvrsto vjerujemo da je SpinaliS vrijedan mnogo više, nego čete zanj platiti.

O tome će vam više reći oni koji pate odnosno patili su od bolova u ledima. Normalan život, na kakav su navikli, završen je. Zbog bolova ne mogu spavati, njihov rad i karijera jako pate, sportske aktivnosti su upitne. Upitajte ih da li bi bili spremni investirati u stolicu kakva je Spinalis i sprječiti probleme?

## Da li SpinaliS zaista djeluje toliko „čudotvorno“?

SpinaliS nema čudotvornih moći uz pomoć kojih bi liječio sve probleme s kralježnicom, no istina je da u velikoj većini slučajeva snažno smanjuje bolove u ledima i čak ih i uklanja. Upravo zato je prema mišljenju uglednog ortopeda dr. Popovića jedna od važnijih preventivnih mjera za smanjenje problema s kralježnicom.

## A održavanje i servis?

Stolice SpinaliS ne trebaju održavanje, povremeno odnosno prema potrebi ih obrišemo vlažnom krpom i blagim deterdžentom. Svi vitalni dijelovi i čitava konstrukcija stolica izrađena je iz metalnih elemenata, što jako smanjuje mogućnost kvarova i stolicama jamči izuzetno dug životni vijek – barem 10 godina. Budući da se čitava proizvodnja odvija u Sloveniji, moguće kvarove uklanjamo u najkraćem vremenskom roku.



## CERTIFIKATI I NAGRADA



*Stolica SpinaliS je po izboru revije The Independent – London među svjetskom konkurenčijom odabrana za najbolju kupovinu uredske stolice*



Znak SQ (slovenska kvaliteta) s međunarodnim testom



*Priznanje obrtne zbornice Slovenije za kvalitetu stolica SpinaliS*



Za stolice SpinaliS osvojili smo sajamska  
prijevoda u Sloveniji i države u Europi.



## *Business Award za najinovativniju europsku ideju*



Priznanje Zrcalo  
slovenskog uspjeha



Marka Spinalis je registrirana u većini razvijenih država svijeta



Stolice Spinalis su za potvrdu kvaliteta osvojile TÜV certifikat



Japanska registrirana robna marka



Norveška registrirana robna marka



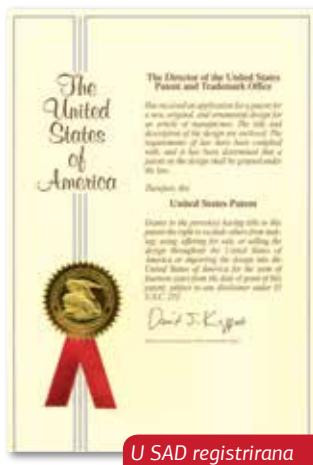
Kvalitetu stolica Spinalis i na Slovenskom institutu za kvalitetu i mjeriteljstvo



Zlatna nagrada za Spinalis Pilot na sajmu REHAPROTEX – Brno



U SAD registrirana robna marka



SAD registrirana modelna zaštita



Najbolja uredska stolica u Češkoj za godinu 2010



Nagrada na sajmu MODDOM – Bratislava



Poslovni uzor 2010



**SpinaliS**

**AP INTERIJERI d.o.o.**  
**info@apinterijeri.ba**  
**+387 61 100 566**

**Bulevar branilaca Dobrinje 20,**

**71000 Sarajevo, BiH**

**[www.apinterijeri.ba](http://www.apinterijeri.ba)**