

Ta kontakt med oss for utprøving av Bwell kontormølla.
Si farvel til stillesittende dager, og kjenn på den gode
følelsen av å bevege deg mer i hverdagen.

Ta kontakt med oss i dag:

67 83 24 20 | post@bwell.no | www.bwell.no



BWELL[®]

www.bwell.no

BWELL[®]

KONTORMØLLA



Stivner ryggen i kontorstolen? Blir du rastløs av å sitte stille?
Kontormølla lar deg gå mens du gjør arbeidet. Fri deg fra stillesitting og kom i form på kontoret mens du jobber like effektivt som før!

Når du går på kontormølla kan du skrive, ringe og bruke pc like godt som når du sitter. Forandringen fra en sittende kontorhverdag til å gå deler av dagen gir en rekke positive fysiske og psykiske helsevirkninger.

Beveger du deg nok?

Verdens helseorganisasjon anbefaler 10 000 skritt om dagen. Tre timer på kontormølla gir deg den anbefalte daglige aktiviteten. Ved sakte, gående arbeid svetter du ikke og får gjort like mye som når du sitter.

Vondt i ryggen?

For kontoransatte med vondt i ryggen gir kontormølla en mulighet til å holde muskulaturen varm og ryggen i bevegelse, samtidig som du jobber som normalt. Hvis du er en av dem som må «opp og gå» for å dempe ryggsmertene, bør du prøve kontormølla.

God ergonomi

Det er god ergonomi å bidra til variasjon og økt bevegelse i en stillesittende hverdag.

Å bruke kontormølla på jobb forebygger flere typer muskel og skjelettplager, kan forebygge sykefravær og kan hjelpe personer med plager tilbake i arbeid.



DEN ORIGINALE TREDEMØLLE FOR KONTORET



Stillegående, kompakt og designet for rolig gange.



BWELL KONTORMØLLA:
LEIE KR. 475 PR MND. I 36 MND.
KJØP KR. 15 990. FRI PÅKALT SERVICE.

Kontormølla med hev-senk arbeidspult: LEIE KR. 705,- pr mnd. I 36 MND./KJØP KR. 23 490

Bare 46% av voksne går minst 10 min hver dag



En kontoransatt sitter

12,5
timer hver dag

Å gå hjelper bla:

Rygg
Hjerte
Muskler
Sinn



Ryggen leges best og raskest ved at du er i aktivitet



3 av 4 ønsker mer bevegelse på arbeid



Hukommelsen er bedre når du går enn når du sitter