

[Etusivu](#) › [Testattu](#) › [Testatut tuotteet](#) › [ONGO Free aktiivituoli](#)

ONGO Free aktiivituoli

17 sähköpöytää käyttävää toimistotyöntekijää testasi ONGO Free aktiivituolia 2 kuukautta todellisissa käyttötilanteissa. Lopputuloksena saatiin kattava objektiivinen käyttäjäkokemus aktiivituolin käyttömukavuudesta, ominaisuuksista, aktiivituolin mahdollistamista liikkeistä sekä tuolin käytön hyödyistä ja positiivisista vaikutuksista.

Testiryhmän tiedot

Testaajilla on sähköpöytä käytössä ja he ovat aiemmin käyttäneet toimisto- tai satulatuolia toimistotyössä. Ennen testijaksoa sähköpöydän ääressä työskenneltävien päivien määrä testaajilla oli viikossa keskimäärin 4,4 päivää. Seisomatyön määrä päivässä puolestaan oli keskimäärin 2,7 tuntia.

- Sukupuolijakauma 8 naista ja 9 miestä
- Ikäjakama 25-57 vuotta
- Pituusjakama 158 – 190 cm
- Liikunta-aktiivisuuden keskiarvo 4 kertaa / viikko, vaihteluväli 1 – 7 kertaa / viikko

ONGO Free aktiivituolin vertailu omaan aiempaan työtuoliin

ONGO Free aktiivituolilla istuminen tuntuu kevyemmältä, vapaammalta ja miellyttävämmältä kuin toimistotuolilla tai satulatuolilla istuminen. Tavallisessa tuolissa istuma-asento painuu kasaan tai kumaraan ja sillä on hankala saavuttaa vastaavanlaista ryhdikästä tunnetta ja olotilaa kuin ONGO Freellä, jolla ryhdikäs istuma-asento löytyy luonnostaan ja sen ylläpitäminen on helppoa. ONGO Free antaa vapauden liikkua, aktivoi liikkumaan ja pitää kehon aktiivisena eikä normaalin tuolin aiheuttamaa istumisen jumittumista ja passivoitumista pääse tapahtumaan. Istuesssa ONGO Free aktivoi myös jalat ja jalat pysyvätkin vireinä eivätkä jalat täten tunnu työpäivän jälkeen raskailta ja väsyneiltä. Normaalisti iltapäivällä olo hieman väsähtää eikä keskittyminen ja jaksaminen ole ihan parhaimmillaan, mutta ONGO Freen avulla olo pysyy virkeämpänä ja työpäivän jaksaa paremmin. Aktiivituolin käyttö ei haittaa työskentelyä ollenkaan, päinvastoin sen käyttö rauhoittaa ja auttaa keskittymään.

2 kuukauden testijakson päätteeksi testaajat käyttivät omaa aiempaa työtuoliaan yhden päivän ajan, jolloin he havaitsivat, että toimistotuolilla istuminen tuntui staattiselta, passiiviselta ja laiskalta eikä asentoa saanut mitenkään ryhdikkääksi. Ryhdin aikaansaaminen ja ylläpito koettiin hankalaksi ja istuma-asento valui helposti alas. Testaajat kokivat vireystason laskevan päivän aikana ja he kaipasivat ONGO Freen mahdollistamaa liikettä ja liikkumisen vapautta.

Testaajan kommentti: ”ONGO Freetä käytettyäni en enää voisi kuvitella istuvani tavallisella toimistotuolilla”

Aktiivituolin liikkeet

ONGO Free mahdollistaa miellyttävän liikkumisen ja tuolilla on mukava keinutella. Liikkumisen vapaus on erinomainen ja aktiivituoli suorastaan houkuttelee liikkumaan. Tuoli ei rajoita liikeratoja ollenkaan. ONGO Freellä istuminen mahdollistaa myös selkärangan kiertoliikkeiden tekemisen. Aktiivituoli tuntuu sopivan

epävakaalta, mutta on kuitenkin turvallinen käyttää eikä missään vaiheessa tullut tunnetta, että tuolilta tippuu tai kaatuu.

Lihasten aktivoituminen

ONGO Freellä keinumalla pystyy helposti aktivoimaan syvät tukilihakset, keskivartalon, pakarat, lantion ja alaselän. Alkuvaiheessa aktivoitumisen huomasi lihasten kipeytymisenä tai muuten lihastuntemuksina.

Tuntemukset poistuivat käytön myötä kehon tottuessa aktiivituolin käyttöön ja lihasten vahvistuessa.

ONGO Freetä käyttäessä jalat ovat miellyttävästi ja luonnollisesti alaspäin puolittain seisoma-asennossa, jolloin jalat pysyvät aktiivisina ja jalkoja pystyy liikuttelemaan halutessaan. Hyvässä ryhdissä istuminen pitää hyvin yllä keskivartalon lihasaktiivisuutta. Aktiivituolilla keinumalla pystyy helposti tehdä pientä jumppaa joka vahvistaa syviä vatsalihaksia. Tämän huomasi hyvin siitä, että istuma-asennon ylläpito helpottui ja siitä tuli lähes huomaamaton testijakson aikana.

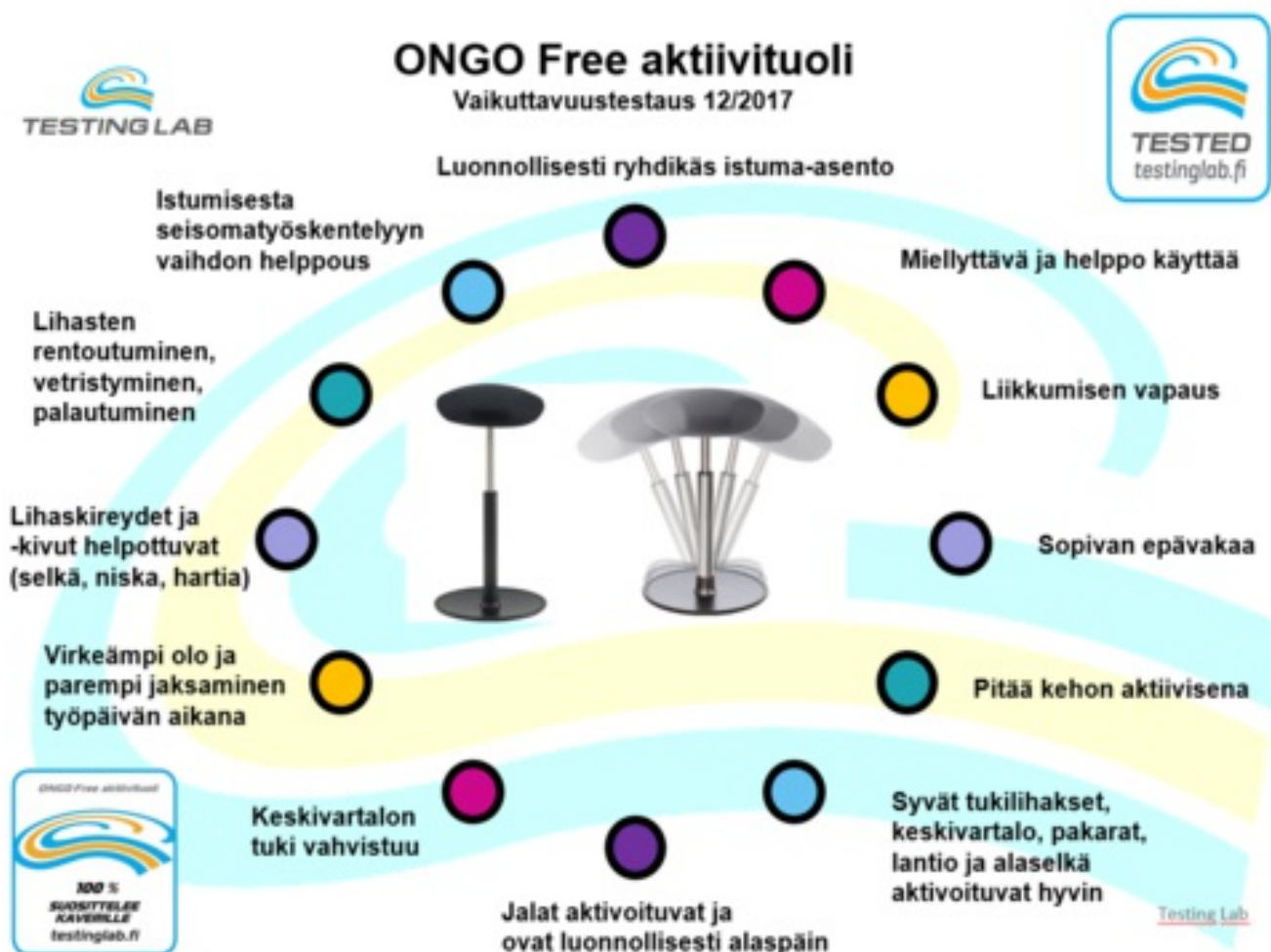
Lihaskireydet ja -kivut helpottuvat, kun tuolilla työnteon aikana kääntyilee vapaasti eteen-taakse -suunnassa ja sivusuunnassa. Aktiivituolin avulla lihakset myös rentoutuvat, vetristyvät ja palautuvat itsestään hyvin.

Oikea ryhti luonnollisesti

ONGO Freen avulla ergonominen työasento ja hyvä ryhti tulee luonnollisesti. Ryhti on helppo pitää hyvänä koko päivän ajan. Aktiivituolilla on jopa hankala istua huonossa ryhdissä, joten istuma-asento on ryhdikäs ja ryhdin heikkenemiseen reagoi nopeasti. Muilla työtuoleilla ei vastaavaa hyvää ryhtiä saa aikaan, ei ainakaan helposti. Lisäksi aktiivituolia käyttäessä hartiat eivät pääse kääntymään eteen.

Parasta ONGO Free aktiivituolissa

Alla olevaan kuvaan on koottu ONGO Free aktiivituolin käytön suurimmat hyödyt ja merkittävimmät positiiviset vaikutukset.



Tested Testing Lab -tunnus

ONGO Free aktiivituoli saa käyttöönsä "Tested Testing Lab" -tunnuksen.

Lisäksi 100 % testaajista suosittelee ONGO Free aktiivituolia kaverilleen.



TESTED
testinglab.fi



ONGO Free aktiivituoli



100 %

**SUOSITTELEE
KAVERILLE**

testinglab.fi

Testatut tuotteet

Vertailutestit

Tutkimukset



SUUNNITTELU



JULKAISU