

ENGLISH

DONDOLA® makes you move more and helps you move more - for the good of your health!

This swivel chair is equipped with the patented DONDOLA® seating joint. As a swivel chair it differs considerably in ergonomics, comfort and function from a conventional swivel chair because of the three-dimensional movement of the seating surface (swinging effect).

DONDOLA® provides optimum support for the spinal column. Since the tilt of the seat is highly adjustable towards the front, you can be sure that you will automatically sit in a position which is „ideal for your spinal column“ at all times.

DONDOLA® strengthens the back muscles. Permanent movement of the pelvic area builds up your back muscles. If your muscles are properly trained and in good condition they will stay elastic and therefore be better at fulfilling their function of supporting your spinal column. This provides an effective means of preventing or countering posture-related damage and spinal curvature.

DONDOLA® relieves the intervertebral disks. Your swivel chair ensures that rather than being crushed your disks are permanently relieved and are well nourished by your movements.

DONDOLA® keeps your circulation healthy. Movement helps the blood to return from the legs through the venous system. Why put up with limbs which go „numb“ and with annoying tingling? Healthy circulation helps prevent unsightly varicose veins which, more importantly, are also potentially harmful.

DONDOLA® helps maintain mental vitality. Permanent movement stimulates the sense and movement centers in the human brain and increases your ability to concentrate and your motivation.

DONDOLA® gives you guaranteed unlimited freedom. You will have a much wider radius for action at the side when sat at your desk and no longer be restricted even by the armrests (available as options for swivel chairs). They simply move to the side with you and no longer jam your upper leg in the process.

DONDOLA® seating joint  
... health through movement!



FRANÇAIS

DONDOLA® vous oblige et vous aide à faire plus de mouvements - pour le bien de votre santé !

Cette chaise pivotante est équipée de l'articulation d'assise DONDOLA®. Elle se distingue nettement des chaises pivotantes conventionnelles au niveau ergonomie, confort et fonctionnalité grâce à la mobilité tridimensionnelle de son assise (effet oscillant).

DONDOLA® soutient la colonne vertébrale de façon optimale. Grâce au réglage extrême de l'inclinaison de l'assise vers l'avant, vous êtes automatiquement assis de façon « parfaitement adaptée à votre colonne vertébrale ».

DONDOLA® renforce la musculature du dos. Le mouvement permanent de la zone du bassin développe la musculature de votre dos. Des muscles bien entraînés restent élastiques et remplissent aussi mieux leur fonction de soutien de la colonne vertébrale. Ceci permet d'éviter de façon ciblée les déformations pathologiques et les déviations de la colonne vertébrale.

DONDOLA® soulage les disques intervertébraux. Votre chaise pivotante garantit que vos disques intervertébraux ne seront pas coincés mais toujours soulagés par le mouvement, donc bien alimentés.

DONDOLA® maintient votre circulation sanguine en activité. Le mouvement assure le reflux du sang provenant des jambes par l'intermédiaire du système veineux. Vous n'aurez plus de membres « endormis » ni de fourmillements désagréables. Ceci permet aussi de prévenir l'apparition de varices laides et surtout dangereuses.

DONDOLA® préserve la vitalité de l'esprit. Le mouvement permanent stimule le centre sensoriel et de motilité dans le cerveau et augmente la faculté de concentration et la motivation.

DONDOLA® vous garantit une liberté de mouvement sans limite. Votre rayon d'action sur les côtés devant votre bureau est nettement plus élevé et n'est plus restreint par les accoudoirs (en option pour les chaises pivotantes). Ces derniers se déplacent avec vous sur les côtés et vous laissent ainsi plus libres de vos mouvements.

DONDOLA® Articulation de l'assise  
... La santé par le mouvement !

ESPAÑOL

DONDOLA® exige y fomenta más movimiento – ¡en honor de la salud!

Esta silla está equipada con la articulación de asiento DONDOLA® patentada. ¡Debido a la movilidad tridimensional del asiento (efecto de oscilación) sobresale de las sillas giratorias convencionales en cuanto a la ergonomía, el confort y el funcionamiento!

DONDOLA® apoya la columna vertebral óptimamente. Debido a la posibilidad de ajustar una inclinación extrema hacia adelante, usted automáticamente se encuentra sentado de manera óptima para la columna vertebral.

DONDOLA® fortalece los músculos de la espalda. El movimiento permanente de la región iliaca fortalece los músculos de la espalda. Músculos bien ejercitados se mantienen elásticos y también cumplen mejor con su función de apoyo de la columna vertebral. Las lesiones por postura incorrecta y las desviaciones de la columna vertebral se previenen de manera encauzada.

DONDOLA® descarga los discos intervertebrales. Debido al movimiento, su silla giratoria se encarga de que sus discos intervertebrales no sean aplastados sino permanentemente descargados y bien alimentados.

DONDOLA® impulsa su circulación sanguínea. El flujo de sangre a través del sistema de venas de las piernas queda garantizado gracias a los movimientos. Extremidades entumecidas y hormigueo molesto no son necesarios. De tal manera se pueden evitar várices de aspecto feo y sobre todo peligrosas.

DONDOLA® conserva la vitalidad mental. Movimientos permanentes estimulan el centro de los sentidos y de los movimientos en el cerebro humano, y mejoran la capacidad de concentración y la buena forma física.

DONDOLA® le garantiza una absoluta libertad de movimiento. El radio de acción lateral en su escritorio aumenta considerablemente y ni los apoyabrazos (opcionalmente en las sillas giratorias) lo limitan. Éstos simplemente se mueven hacia el lado con usted, y en esto ya no aplastan los muslos.

Articulación de asiento DONDOLA®  
... ¡salud gracias al movimiento!



ITALIANO

DONDOLA® stimola e favorisce un maggior movimento, per amore della vostra salute!

Questa sedia girevole è dotata dello snodo flessibile brevettato DONDOLA®. Grazie alla mobilità tridimensionale della seduta (effetto oscillatorio), essa si distingue notevolmente dalle sedie girevoli convenzionali per ergonomia, comfort e funzionalità!

DONDOLA® sostiene la colonna vertebrale in maniera ottimale. Grazie all'estrema regolabilità dell'inclinazione dell'angolo di seduta in avanti, la seduta risulta automaticamente „corretta per la colonna vertebrale“.

DONDOLA® rafforza la muscolatura dorsale. Il movimento permanente della zona del bacino esercita la muscolatura dorsale. I muscoli allenati rimangono elastici e svolgono anche meglio la loro funzione di sostegno della colonna vertebrale, contrastando in maniera mirata i problemi di postura e le deformazioni della colonna vertebrale.

DONDOLA® scarica i dischi intervertebrali. La vostra sedia girevole provvede ad evitare lo schiacciamento dei dischi intervertebrali, scaricandoli continuamente grazie al movimento costante, mantenendoli così in buone condizioni.

DONDOLA® mantiene la circolazione sanguigna in Forma. Il ritorno venoso dalle gambe, garantito dal movimento, evita l'“addormentamento” degli arti e i fastidiosi pruriti. In questo modo è possibile prevenire le vene varicose, esteticamente sgradevoli e soprattutto pericolose.

DONDOLA® mantiene la vitalità dello spirito. Il movimento permanente stimola il centro sensoriale e motorio del cervello umano, aumentando così la capacità di concentrazione e la prontezza di esecuzione.

DONDOLA® garantisce un'illimitata libertà di movimento. Il raggio di movimento laterale alla scrivania aumenta sensibilmente, non più limitato nemmeno dai braccioli (optional nelle sedie girevoli), che si muovono semplicemente a lato assieme a voi lasciando il vostro corpo in completa libertà.

Snodo flessibile DONDOLA®  
... la salute grazie al movimento!



DEUTSCH

DONDOLA® fordert und fördert Sie zu mehr Bewegung - Ihrer Gesundheit zuliebe!

Dieser Drehstuhl ist mit dem patentierten DONDOLA®- Sitzgelenk ausgestattet. Durch seine dreidimensionale Beweglichkeit der Sitzfläche (Schwingeffekt) hebt er sich deutlich in Ergonomie, Komfort und Funktion von konventionellen Drehstühlen ab!

DONDOLA® stützt die Wirbelsäule optimal ab. Durch die extreme Sitzneigungsverstellbarkeit nach vorne sitzen Sie automatisch „wirbelsäulengerecht“.

DONDOLA® stärkt die Rückenmuskulatur. Permanente Bewegung des Beckenbereichs baut Ihre Rückenmuskulatur auf. Durchtrainierte Muskeln bleiben elastisch und erfüllen auch besser ihre Stützfunktion der Wirbelsäule. Haltungsschäden und Wirbelsäulenverkrümmungen wird dadurch gezielt entgegengewirkt.

DONDOLA® entlastet die Bandscheiben. Ihr Drehstuhl sorgt dafür, daß Ihre Bandscheiben nicht gequetscht, sondern über die Bewegung ständig entlastet und dabei gut ernährt werden.

DONDOLA® hält den Blutkreislauf in Schwung. Der Blutrückfluss aus den Beinen über das venöse System wird durch Bewegung gewährleistet. „Einschlafende“ Gliedmaßen und lästiges Kribbeln müssen nicht sein. Den optisch unschönen und vor allem gefährlichen Krampfademern kann so vorgebeugt werden.

DONDOLA® erhält die geistige Vitalität. Permanente Bewegung stimuliert das Sinnes- und Bewegungszentrum im menschlichen Gehirn und erhöht die Konzentrationsfähigkeit und Leistungsbereitschaft.

DONDOLA® garantiert Ihnen uneingeschränkte Bewegungsfreiheit. Der seitliche Aktionsradius an Ihrem Schreibtisch wird deutlich erhöht und auch durch die Armlehnen (optional bei Drehstühlen) nicht mehr begrenzt. Diese bewegen sich einfach mit Ihnen zur Seite und klemmen dabei die Oberschenkel nicht mehr ein.

DONDOLA® Sitzgelenk  
... Gesundheit durch Bewegung!



DEUTSCH

Tipps für optimales Sitzen mit dem Dondola-Sitzgelenk:

1. Setzen Sie sich ganz auf die Sitzfläche.
2. Folgen Sie unbewusst Ihren natürlichen Körperbewegungen während der Arbeit und vermeiden Sie ruckartige Bewegungen.
3. Stellen Sie Ihren Stuhl so ein, dass Ober- und Unterschenkel etwa einen 90°-Winkel ergeben.

ENGLISH

Tips for optimum sitting:

1. Sit wholly on the seating surface.
2. Allow your body to move naturally without thinking about it while you work and avoid sudden, jerky movements.
3. Adjust your chair so that your upper and lower legs are at an angle of about 90° to each other.

FRANÇAIS

Conseils pour une assise optimale :

1. Asseyez-vous complètement sur la surface d'assise.
2. Suivez inconsciemment les mouvements naturels de votre corps pendant le travail et évitez les mouvements saccadés.
3. Réglez votre chaise de sorte que la cuisse et le bas de la jambe forment un angle de 90° env.

ESPAÑOL

Sugerencias para la posición sentada óptima:

1. Siéntese completamente sobre la superficie del asiento.
2. Durante el trabajo, obedézcale a los movimientos naturales del cuerpo de manera inconsciente y evite movimientos bruscos.
3. Ajuste la silla de tal manera que el muslo y la pantorrilla presenten un ángulo de aproximadamente 90°.

ITALIANO

Consigli per una seduta ottimale:

1. Sedersi su tutta la superficie di seduta.
2. Seguire istintivamente i movimenti naturali del corpo durante il lavoro ed evitare i movimenti bruschi.
3. Regolare la sedia in modo tale che la coscia e il polpaccio formino un angolo di 90°.

DEUTSCH

So funktioniert das DONDOLA®-Sitzgelenk:

ENGLISH

The DONDOLA® seat joint is working as follows:



**wagner®**  
Eine Marke der TOPSTAR GMBH

Augsburger Strasse 29 ~ D-86863 Langenuefnach  
Telefon +49 (0)8239 789-166 ~ Telefax +49 (0)8239 789-199  
E-Mail: wagner@topstar.de

[www.wagner-wellness.com](http://www.wagner-wellness.com)

1008-631W

FRANÇAIS

L'articulation DONDOLA® fonctionne ainsi :

ESPAÑOL

Así funciona la sistema de articulación de asiento DONDOLA®:

ITALIANO

Così funziona il movimento snodabile DONDOLA®:

**PAPE+ROHDE**  
büroeinrichtungen  
[www.pape-rohde.de](http://www.pape-rohde.de)

**wagner®**  
*Dondola®*



Rückenschmerzen?  
Nein danke!

Back pains?  
No thank you!

Maux de dos ?  
Non merci !

¿Dolores de espalda?  
¡No gracias!

Mal di schiena?  
No grazie!