

Swopper??

Beitrag von „cassiopeia“ vom 15. Juni 2008 09:51

Hallo!

Noch bin ich im Studium, sitze aber bereits jetzt viel am Schreibtisch und ahne, dass sich das in den nächsten Jahren, auch nach dem Studium, nicht ändern wird 😊

Jetzt habe ich von meinen Eltern einen Gutschein für einen Swopper bekommen - oder wahlweise eben den Wert des Swoppers in bar.

Im Moment sitze ich auf einem älteren Stuhl, der eine so breite Sitzfläche hat, dass man darauf im Schneidersitz sitzen kann. Ich sitze nicht gut, aber auch nicht grottenschlecht.

Hat jemand von euch einen Swopper?? Wie zufrieden seid ihr?

Ich bin mir noch sehr unschlüssig... so viel Geld...

Danke schonmal!

cassi

Beitrag von „neleabels“ vom 15. Juni 2008 12:34

Was ist ein Swopper?

googlegooglegoogle

Ach du Gute Güte, das sieht ja unbequem aus! 😊

Nele

Beitrag von „Meike.“ vom 15. Juni 2008 14:14

Ich habe Rückenprobleme - und den Stuhl hier: <http://www.schwipp.de/> und das ist der einzige, auf dem ich mehrere Stunden korrigieren kann auch wenn die Schmerzen wieder akut sind. Den swopper hatte ich davor ausprobiert und der hat bei mir zu noch mehr Verkrampfungen geführt. Es hängt, denke ich davon ab, ob man eher Wirbelsäulenprobleme oder Muskulverspannungsprobleme hat - letzteres ist bei mir der Fall.

Den verlinkten Stuhl jedenfalls kann ich nur empfehlen.

Beitrag von „CKR“ vom 15. Juni 2008 14:49

Ich habe mir in mein Ivar-Regal ein Stehpult eingebaut (Mittels zweier Holzbretter, wovon eines auf einen Regalboden verschraubt ist und das zweite mit Scharnieren an das erste verbunden ist. So kann man es hoch und runterklappen). So kann ich meine Arbeiten auch im Stehen korrigieren. Das tut meinem Rücken sehr gut. Am liebsten hätte ich ja einen elektrisch hochfahrbaren Schreibtisch, um auch meine Computerausrüstung zeitweise im Stehen nutzen zu können. Die kosten aber ganz ordentlich. Einen vernünftigen Bürostuhl suche ich allerdings auch noch und werde mir mal die Empfehlungen anschauen.

Gruß

Beitrag von „lost child“ vom 16. Juni 2008 09:11

Hallo!

Ich habe selbst keinen Swopper, dafür allerdings einen kaputten Rücken, der mich irgendwann mal dazu getrieben hat, mich über Büromöbel zu informieren. 😊

Ich persönlich finde schon, dass man auf so einem Swopper erstmal recht bequem sitzt. Allerdings ist das glaub ich kein Hocker, auf dem man mehrere Stunden zubringen kann. Ist ja ähnlich wie bei Gymnastikbällen, auf denen man auch nur kurzzeitig sitzen sollte: die Muskulatur arbeitet ständig und du hast keine Möglichkeit, dich mal richtig hinzulümmeln und/oder dich anzulehnen.

Vielleicht macht das alles einem gesunden Rücken nicht so viel aus.

Ich würde aber trotzdem generell immer darauf achten, dass das gute Stück zumindest eine Rückenlehne hat, damit die Wirbelsäule mal etwas entlastet wird.

Der Swopper wär vielleicht eher was für "Zwischendurch". (Wobei der Preis dafür vielleicht etwas heftig ist.)

Vielleicht solltest du so einen Swopper einfach mal ausprobieren - dann kannst du dir ein eigenes Bild machen. Auf der Internetseite gibt's ein Kontaktformular dafür.

[edit: da ich momentan nicht das nötige Kleingeld für einen Superbürostuhl habe und auch unterwegs (=Uni usw) lange sitzen muss, nutze ich momentan das gute alte Keilkissen. Schön ist es nicht, erfüllt aber seinen Zweck, ist preiswert und macht langes Sitzen etwas erträglicher.
[img alt="smiley face" data-bbox="104 231 134 251"]]

Beitrag von „mimmi“ vom 16. Juni 2008 15:17

Ich habe mal einen swopper ausprobiert und finde es extrem anstrengend, dauerhaft darauf zu sitzen. Bei den Stundenmengen, die ich korrigierend am Schreibtisch sitze, dauert es bei einem swopper sogar nicht so lange wie bei einem "normalen" Stuhl, bis ich Nacken- und Rückenschmerzen habe.

Ich habe mir deshalb letztes Jahr einen höhenverstellbaren Schreibtisch geleistet ("up & down comfort" von Wellemöbel), der mich nur 600 Euro neu gekostet hat, weil ich ihn im Möbelhaus um die Ecke bestellt habe, als es mal wieder 25% Rabatt gab. Das ist zwar ein bisschen teurer als ein swopper, aber ich würde diesen Schreibtisch für nichts in der Welt mehr hergeben, da ich auf Knopfdruck im Stehen weiterkorrigieren kann, wenn die Schmerzen beginnen. Zusätzlich habe ich noch so einen Schreibtischaufsatz gekauft (von <http://www.inhop.de/index.php?cPath=18>), der aus der ebenen Fläche eine schräge macht, sodass das Korrigieren nicht so sehr auf den "dauer-gebeugten" Nacken geht. Damit fahre ich wesentlich besser als mit sauteuren Stühlen, auf denen ich sowieso nicht lange sitzen kann. Wenn ich eine Stunde im Sitzen, eine im Stehen, dann wieder eine im Sitzen korrigiere, geht es bei Weitem nicht so sehr auf den Rücken.

LG

Beitrag von „Friesin“ vom 16. Juni 2008 15:24

der Schreibaufsatz ist ja erfreulich günstig !

toller Tipp !!! [img alt="smiley face" data-bbox="214 845 246 864"]

da fällt mir ein: ich habe noch eine Tischstaffelei irgendwo.....

Beitrag von „CKR“ vom 16. Juni 2008 16:11

Zitat

Original von mimmi

Wenn ich eine Stunde im Sitzen, eine im Stehen, dann wieder eine im Sitzen korrigiere, geht es bei Weitem nicht so sehr auf den Rücken.

Seh ich auch so. Der Tipp mit dem Aufsatz ist auch ganz gut. Muss ich mal ausprobieren.

Beitrag von „Kelle“ vom 22. Juni 2008 09:26

Ich muss jetzt mal eine Lanze **FÜR** den Swopper brechen :o) .

Ich habe einen und bin sehr zufrieden mit ihm. Davor hatte ich einen "normalen" Schreibtischstuhl mit Rückenlehne und ständig Probleme mit dem Rücken, die ganz schlimm wurden, wenn die Korrekturzeit anbrach. Seitdem ich den Swopper habe, habe ich keine Rückenschmerzen mehr, weil ich auf dem Stuhl ständig in Bewegung bin. Dass ich mich nicht anlehnen kann, stört mich nicht - ich bin auch eher so ein "Schneidersitz-Typ" - das geht auf dem Swopper auch.

Letztendlich muss man es wahrscheinlich ausprobieren, mit welchem Schreibtischstuhl / -hocker man am besten zurechtkommt.

Habt einen schönen sommersonnigen Sonntag!