



Vom Sitzen besessen

Ein bekanntes deutsches Testmagazin hat im letzten Jahr einen Drehstuhltest veröffentlicht, in dem jeder zweite Stuhl mit „mangelhaft“ abschnitt. Das Testmagazin warnte vor abgebrochenen Armlehnen, scharfen Kanten an den Gasfedern, fehlenden Warnhinweisen und einer zu geringen Stabilität. Nicht so im FACTS-Test.

Für den Drehstuhltest in dieser Ausgabe haben mehr als 20 Personen über Wochen und Monate sitzen müssen, um 15 Bürostühle der mittleren Leistungsklasse auf Herz und Nieren zu prüfen. Das Gesamtergebnis kann sich sehen lassen: Keines der Sitzmöbel zeigte im Test Verarbeitungs- oder Mechanikfehler. Unterschiede gab es in Technik, Ergonomie, Design und Preis.

Es kommt nicht häufig vor, dass sich die FACTS-Redakteure Hilfe aus anderen Redaktionen der VVA in Essen holen müssen. Der Bürodrehstuhltest in dieser Ausgabe war aber so umfangreich, dass einfach schon die Anzahl der eigenen Redakteure einfach nicht aus-

reichte. So haben letztendlich 30 gebriefte Testpersonen an diesem Test teilgenommen. Darunter waren große, kleine, dicke, dünne, männliche, weibliche, rückenranke und gesunde Personen. Gerade dieser Mix von anatomisch unterschiedlichen Personen macht die Testergebnisse noch aussagekräftiger. Da nicht ausschließlich die Menge der Tester eine Rolle für eine korrekte Beurteilung spielt, sondern eher die Dauer des einzelnen „Sitztests“, hat FACTS schon vor drei Monaten die ersten Stühle bei den Herstellern angefordert.

DIE STÜHLE IM TEST

Alle Testprodukte sollten mit einer Synchron- oder vergleichbaren Mechanik aus- ➤

› gestattet sein und über verschiedene Funktionen wie beispielsweise eine Sitztiefenverstellung, einen strapazierfähigen Bezug und höhenverstellbare Armlehnen verfügen. Die Preisklasse von 450 bis 700 Euro musste ebenfalls eingehalten werden.

Der Nutzen eines guten Bürodrehstuhls ist zwar für die meisten Anwender auf den ersten Blick nicht erkennbar, medizinisch ist jedoch inzwischen nachgewiesen, dass schlechte Sitzmöbel die Gesundheit ruinieren. Dadurch steigen der Krankenstand und letztendlich auch die Kosten im Unternehmen.

FINGER WEG VON BILLIGSTÜHLEN

Dass gute, ergonomische Bürodrehstühle nicht unbedingt teuer sein müssen, belegt der FACTS-Test in dieser Ausgabe. FACTS stellt insgesamt 15 Modelle vor, die allesamt die ergonomischen Mindestanforderungen erfüllen. Auf den 50 Euro teuren Baumarkt- oder Discounter-Bürodrehstuhl hat die Redaktion bewusst verzichtet, da diese Stühle

weder dem modernen Sicherheitsstandard noch den ergonomischen Mindestanforderungen entsprechen. Der FACTS-Tipp: Finger weg von billigen „Baumarktstühlen“.

Die von der Redaktion untersuchten Bürodrehstühle sind mit einer Synchronmechanik (oder ähnlicher Technik) ausgestattet. Die sogenannte Synchronmechanik kombiniert eine Rückwärtsbewegung der Rückenlehne mit einer darauf abgestimmten, aber geringeren Neigung der Sitzfläche, damit dem Anwender in jeder Position der einmal gewählte Abstützpunkt für das Becken erhalten bleibt.

Synchronmechaniken bei modernen Bürodrehstühlen sind so konzipiert, dass sie den Körper in jeder Sitzhaltung optimal unterstützen und gleichzeitig den Wechsel zwischen verschiedenen Sitzhaltungen erleichtern. Neben diesem perfekten Bewegungsablauf zeichnen sich die Stühle durch einen großen Öffnungswinkel und einen weichen hinteren Anschlagspunkt aus. Einen zusätzlichen Sitzkomfort bietet die Lordosenstütze,

TIPP





Niemals Büromöbel einfach nach Prospekt und ungesehen im Internet bestellen. Die böse Überraschung kommt garantiert. Ein Büro- oder Loungestuhl muss beispielsweise immer für spezielle Anforderungen geeignet und individuell angepasst sein. Ein „Probesitzen“ und eine Beratung durch den Fachhandel ist vor dem Kauf ein unbedingtes Muss.

die auch beim FACTS-Test eine Rolle spielte. In diesem Segment wird die Unterstützung des Lendenwirbelbereiches (Lordose) durch eine besondere Aufpolsterung der Rückenlehne erreicht. Da jeder Körper anders ist, muss diese Unterstützung individuell einstellbar sein.

HÖHENVERSTELLBAR

In der Standardversion wird diese Einstellung meist über die Höhenverstell- ▶

Prüfsiegel

Anbieter / Modell	Sicherheitsprüfzeichen EN 1335 1 – 3					Umweltprüfsiegel ISO 14001	Umweltprüfsiegel ISO 14025-EPD	Sonstiges:
1000 Stühle Steifensand Sitwell Office C1530	ja	ja	nein	nein	nein	in Vorbereitung	nein	nein
Brunner too 2.0 - 154M	ja	ja	ja	nein	nein	ja	ja	Sicherheitsregel ZH1/535, EU-Richtlinie 90/270/EWG
Dauphin Dauphin Bionic syncro® BC 29185 133	ja	ja	ja	nein	in Vorbereitung	ja	nein	Quality Office, Umweltprüfsiegel, schadstoffgeprüft, DIN EN ISO 9001:2008
F-Martin Steifensand Seno Comfort	ja	ja	ja	nein	nein	nein	nein	nein
HÅG HÅG Futu	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Umweltprüfsiegel schadstoffgeprüft
Haworth X8863	ja	ja	ja	nein	nein	ja	nein	nein
Interstuhl Goal 152G	ja	ja	ja	nein	ja	ja	nein	schadstoffgeprüft, Goldenes M, Quality Office, Blauer Engel, LGA Premium
Mauser Sitzkultur 484 attivo	ja	ja	ja	nein	nein	nein	nein	LGA, Nürnberg - Zertifikat schadstoffgeprüft
NowyStyl Belite 3213	in Vorbereitung	in Vorbereitung	in Vorbereitung	nein	nein	nein	nein	nein
ROVO CHAIR ROVO XN 5060	ja	ja	ja	nein	nein	ja	nein	nein
Samas Drabert Salida, Modell DL	ja	ja	ja	nein	ja	ja	nein	nein
Sedus Stoll black dot bd-102	ja	ja	ja	nein	ja	ja	nein	schadstoffgeprüft
Viasit Bürositzmöbel linea npr	ja	ja	ja	nein	ja	ja	in Vorbereitung	schadstoffgeprüft
TOPSTAR ErgoMedic 100	ja	ja	nein	nein	nein	ja	nein	nein
Wiesner-Hager paro_plus business 5282	ja	ja	ja	nein	nein	ja	nein	österreich. Umweltzeichen

GLOSSAR Im Dschungel der Prüfsiegel

Als Prüfzeichen oder Prüfsiegel werden grafische oder schriftliche Markierungen an Produkten bezeichnet, die eine Aussage über die Einhaltung bestimmter Kriterien geben sollen. Prüfsiegel geben dem Anwender Auskunft über bestimmte Qualitätskriterien wie Ergonomie, Sicherheit und Umweltverträglichkeit. Die Aussagekraft der verschiedenen Zertifikate ist jedoch sehr unterschiedlich, da den Auszeichnungen oftmals verschiedene Messmethoden und Prüfmöglichkeiten zugrunde liegen. FACTS zeigt, mit welchen Prüfzeichen Bürodrehstühle ausgestattet sein können und was hinter den Siegeln und Formulierungen steckt.



GS-ZEICHEN: Das GS-Zeichen steht für geprüfte Sicherheit. Das Siegel garantiert elektrische und mechanische Sicherheit eines Produkts, wie

beispielsweise Schutz vor Einklemmen. Das Prüfsiegel bestätigt außerdem, dass die Mindestanforderungen an Sicherheit und Ergonomie eingehalten werden, wie sie in den geltenden Normen enthalten sind.

ERGONOMIE GEPRÜFT: Das Prüfsiegel



„Ergonomie geprüft“ wird für Büromöbel, Bildschirme und Software vergeben, wenn diese bestimmte Anforderungen an die Ergonomie erfüllen. Bei Drehstühlen geht die Prüfreihe über die gültigen Normen (EN DIN 1335 1-3) hinaus.

GREENGUARD-ZERTIFIKAT: Das GREENGUARD-Zertifikat



ist eine international anerkannte Produktschadstoff-Beseinigung und ein

Prüfprogramm über die Produktion von schadstoffarmen (z. B. Formaldehyd, flüchtige Gase) Inneneinrichtungen, Möbeln und Produktionsverfahren.

EMAS: EMAS ist die Kurzbezeichnung für



Eco Management and Audit Scheme, auch bekannt als EU-Öko-Audit oder Öko-Audit. EMAS wurde von der Europäischen Union entwickelt und ist ein Gemeinschaftssystem aus

Umweltmanagement und Umweltbetriebsprüfung für Organisationen, die ihre Um-

weltleistung verbessern wollen. Die EMAS-Verordnung (Öko-Audit-Verordnung) misst der Eigenverantwortung der Wirtschaft bei der Bewältigung ihrer direkten und indirekten Umweltauswirkungen eine entscheidende Rolle zu.

ISO 14025-EPD: In dieser international gültigen Norm sind Umweltproduktaussagen enthalten. Sie werden häufig innerhalb der Lieferantenkette oder in Business-to-Business-Beziehungen angewendet. Die Kennzeichnung gibt Aufschluss über die verarbeiteten Materialien des Produkts und den Grad der Umweltbelastung für die Produktion. Die Aussagen werden im Hinblick auf die definierten Richtlinien durch Dritte verifiziert.

ISO 14001: Die Norm wurde 1996 veröffentlicht und definiert (in Verbindung mit EMAS von 1993) zum ersten Mal den Bereich Umweltmanagement. Es ist ein Umweltmanagementsystem, mit dem der Umweltschutz systematisch im Unternehmensmanagement verankert wird.

DIN EN 1335, TEIL 1-3: Die Norm setzt sich aus drei Teilen zusammen. Der erste Teil enthält Festlegungen zu den Maßen für drei Typen von Büroarbeitsstühlen. Der zweite Teil der Norm enthält Sicherheitsanforderungen für Büroarbeitsstühle im Hinblick auf die Gestaltung, die Standsicherheit beim Benutzen, den Rollwiderstand des unbelasteten Stuhls und auf die Festigkeit und Dauerfestigkeit sowie Angaben zur Konformität. Der dritte Teil beschreibt die Festlegungen zur Sicherheitsprüfung von Büroarbeitsstühlen im Hinblick auf die Standsicherheit, den Rollwiderstand, die Sitzfläche und die Rückenlehne sowie zu gegebenenfalls vorhandenen pendelnd gelagerten Rückenlehnen und Armlehnen.



Mit **AF** und seinem umfangreichen Portfolio an leistungsstarken Reinigungsprodukten haben Sie immer den richtigen Partner an Ihrer Seite. Setzen Sie deshalb auf die Pluspunkte von AF:

- + **innovative Reinigungsprodukte** für Computer-, Bürogeräte- und Multimedia-Equipment
- + **umweltfreundliche Produkte**, Verpackungen und Transportlösungen
- + **kundenspezifische Produktlösungen** mit individuell zugeschnittenem Eigenmarken-Angebot
- + **soziales Engagement.** Mit dem Verkauf seiner Produkte fördert AF aktiv die Arbeit des deutschen Kinderhilfswerkes.



KODEX – AF ist Unterzeichner des PBS-Ehrenkodex

Die Testsieger von AF: Multi-screen Cleane und Safecloths



Sorgen für klare Verhältnisse auf allen Bildschirmen inklusive Plasma.

AF – Die Marke mit Pluspunkten

AF Deutschland
Friedrich-Ebert-Str. 6
50996 Köln
www.af-pluspunkte.de

Work smart, work clean with **AF**

INFO FACTS stärkt Ihnen den Rücken

Das Sitzen auf einem modernen ergonomischen Bürodrehstuhl ist eine Grundvoraussetzung für einen gesunden Arbeitstag. Das Allerbeste ist allerdings eine Kombination aus Sitzen und Stehen. Darüber hinaus ist es auch im Büro möglich, den Rücken zu trainieren. Die Mitarbeiter der FACTS-Redaktion zeigen Ihnen anhand von vielen Übungsaufgaben, wie sich Rückenschmerzen vermeiden lassen.

Aufrecht-dynamische Körperhaltung

Die meisten Arbeiten erledigen wir heute im Sitzen. Negative Begleiterscheinung für unser Rückgrat: Die Schultern fallen nach vorn, die Brustmuskeln verkürzen sich und die Rückenmuskeln erschlaffen. Dagegen hilft, die Wirbelsäule immer wieder mal bewusst aufzurichten und die Schultern nach unten zu ziehen. Stellen Sie sich vor, Ihr Hinterkopf würde wie bei einer Marionette an einem Faden nach oben gezogen. Das geht beim Stehen, Sitzen oder Gehen. Die aufrecht-dynamische Körperhaltung fördert die Durchblutung der Muskeln, die Versorgung der Bandscheiben und trainiert zugleich die Rumpfmuskulatur. Eine gute Körperhaltung ist außerdem attraktiv und sorgt für eine bessere Stimmung.



Bewegung ist alles

Konkret heißt das: Statt den Aufzug zu benutzen, lieber Treppen steigen. Statt mit dem Auto zur Arbeit zu fahren, öfter mal laufen oder sich aufs Fahrrad schwingen. Wer öffentliche Verkehrsmittel nutzt, geht beim Warten auf und ab oder steigt zwei Stationen vor seinem Ziel aus und läuft das letzte Stück. Auch Autofahrer können problemlos einen kleinen Fußweg einplanen und etwas weiter weg vom Ziel parken.



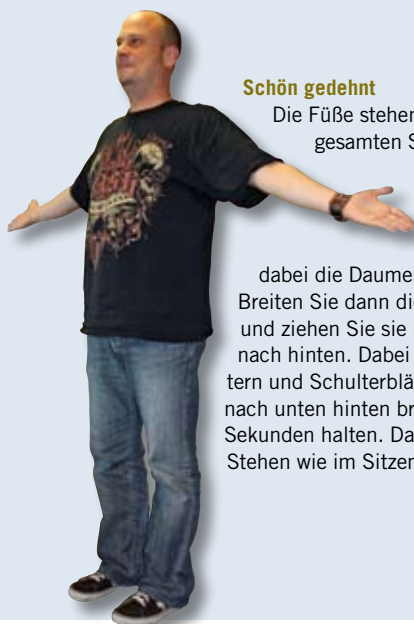
Genießen Sie den Bewegungs-Mix

Wechseln Sie möglichst oft zwischen Stehen und Sitzen am Arbeitsplatz. Legen sie Dinge, die Sie regelmäßig brauchen, bewusst nicht in Reichweite, sondern so, dass Sie aufstehen müssen. So umgehen Sie das Verharren in einer Position und damit Muskelverspannungen. Seien Sie ruhig einmal „gesundheitsegoistisch“ und lassen Sie sich nichts von Kollegen mitbringen. Gehen Sie selber! Telefonate lassen sich übrigens auch im Stehen erledigen.



Schön gedehnt

Die Füße stehen mit der gesamten Sohle auf dem Boden. Nun öffnen Sie die Hände und drehen dabei die Daumen nach außen. Breiten Sie dann die Arme aus und ziehen Sie sie in die Dehnung nach hinten. Dabei auch Schultern und Schulterblätter entspannt nach unten hinten bringen. Einige Sekunden halten. Das klappt im Stehen wie im Sitzen.



Sich einfach mal hängen lassen ...

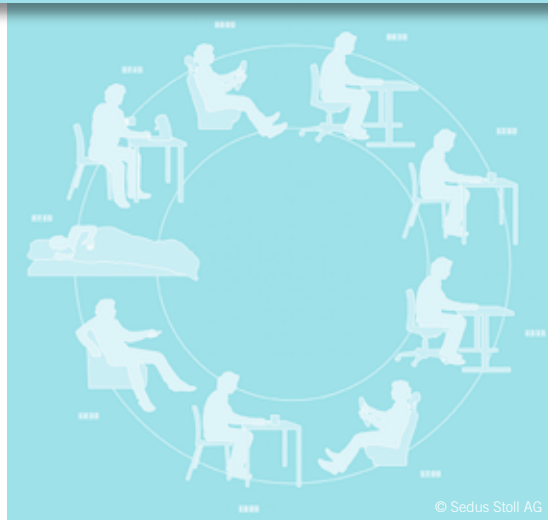
... tut auch den Rückenmuskeln gut. Setzen Sie sich locker hin und rollen Sie mit dem Kopf beginnend den Rücken langsam Wirbel für Wirbel ab. Das Becken beugen Sie als Letztes. Verweilen Sie in dieser Position, solange es Ihnen angenehm ist. Ergänzt durch Räkeln, Dehnen und Strecken ist dies eine Übung für fast jede Gelegenheit.





KREISLAUF: Häufiges Sitzen kann die Gesundheit des Rückens ruinieren (Schaubild rechts).

Im Idealfall sollte man versuchen, den Arbeitstag an das obere Schaubild anzupassen.



barkeit der Rückenlehne erreicht. Einige Hersteller bieten hier auch eine zusätzliche Mechanik in der Rückenlehne an, über die die Unterstützung des Lendenwirbelbereiches per Schieberegler einstellbar ist. Die Tester konnten allerdings keine gravierenden Unterschiede zwischen den unterschiedlichen Ansätzen feststellen. Gerade bei Stühlen, die mit einem Netzrücken ausgestattet sind, ist es besonders schwierig, die Lordosenunterstützung anzubringen. Hier haben sich die Hersteller mit einem im Rahmen der Rückenlehne verschiebbaren Polster geholfen. Die netzbespannte Rückenlehne, die einige Hersteller anbieten, ist bei den Testern sehr gut angekommen. Im Sommer fühlt sich der Sitzende geradezu angenehm „umlüftet“.

INDIVIDUELLE BEDÜRFNISSE

Die Funktionalität und Ausstattung eines Drehstuhls sollte im Wesentlichen von den individuellen Anforderungen des Mitarbeiters und des Arbeitsplatzes bestimmt werden. Eine Sitzneigeverstellung muss beispielsweise nicht für jeden Einsatzbereich zur Verfügung stehen. Für Mitarbeiter, die unter Rückenproblemen leiden, kann sie allerdings wahre Wunder wirken.

Wichtiger dagegen ist die Sitztiefenverstellung für die korrekte Unterstützung der



So fühlen Sie sich gleich viel stärker
Rutschen Sie mit Ihrem Gesäß an die vordere Stuhlkante und stellen Sie Ihre Füße schulterbreit auf den Boden. Atmen Sie bewusst in Bauch und Brust, kippen Sie das Becken nach vorn und strecken Sie Ihre Wirbelsäule in die Länge. Heben Sie nun die Arme seitlich im rechten Winkel an, die Schultern bleiben unten. Die Ellenbogen schieben Sie nach hinten. Weiter tief ein- und ausatmen.

Alles im Rahmen: Stehen und Drehen

Stehen Sie in Schritthaltung. Den rechten Arm im rechten Winkel beugen und den Unterarm gegen eine Stange oder einen Türrahmen drücken. Jetzt drehen Sie Ihren Oberkörper langsam vom abgestützten Arm weg nach vorn. Anschließend den Arm wechseln.

Gespannter Beckenboden

Gute Haltung fängt im Beckenboden an. Wer hier eine gute Spannung hat, unterstützt die Kette der Rückenmuskeln optimal. Die richtigen Muskeln anzuspannen braucht allerdings etwas Übung. Stellen Sie sich einfach vor, Sie wollen Harnröhre und After fest verschließen. Die dadurch aufgebaute Spannung für einige Sekunden halten, dann entspannen. Wichtig: Äußere Po- und Bauchmuskeln bleiben entspannt. Es arbeitet wirklich nur der Beckenboden. Hört sich kompliziert an, ist es aber nicht! Außerdem lässt sich diese Übung überall trainieren: im Sitzen, Stehen oder Liegen.





› Oberschenkel. Die Sitztiefenverstellung ermöglicht es Menschen jeder Größe, den Abstand zwischen der Vorderkante des Sitzes und der Rückenlehne den individuellen Bedürfnissen anzupassen und so Sitzkomfort und eine optimale Stützfunktion in Einklang zu bringen. Dieser Punkt wurde auch beim FACTS-Test berücksichtigt.

EINFACHE BEDIENBARKEIT

Ein weiterer Punkt, der im Test eine Rolle spielte, ist die Bedienbarkeit des Stuhls. Hier konnten alle Hersteller mehr oder weniger punkten. Alle Drehstühle ließen sich intuitiv bedienen. Sollte ein Hebel oder eine Funktion nicht auf Anhieb zu finden sein, lohnt oftmals ein Blick in die Bedienungsanleitung, für die es im Test ebenfalls Punkte gab.

Besonders erwähnenswert ist hier der Bürostuhl linea npr von viasit. Neben einer klaren Bedienungsanleitung, die direkt in einem Fach am Stuhl untergebracht ist, ist auch eine Mini-CD untergebracht, auf der alle Funktionen mit Multimedia-Unterstützung erklärt werden. Einige andere Hersteller bieten einen ähnlichen Service aber auch auf ihren Internetseiten an.

KAUM ZU UNTERSCHIEDEN

Auf den ersten Blick sehen die für den Test angebotenen Stühle sehr ähnlich aus. Das liegt daran, dass viele Hersteller Bauteile wie beispielsweise Fußkreuz und Armlehnen nicht selbst herstellen, sondern bei den gleichen Lieferanten einkaufen. Daher ist es oftmals schwierig, rein optisch Unterschiede fest- ›

Anbieter / Hersteller	1000 Stühle Steifensand GmbH
Modell	Sitwell Office C1530
Markteinführung	Januar 2009
Empfohlener Verkaufspreis exkl. Mehrwertsteuer	550,- Euro
Produkt-/ Gasfedergarantie	5 - 5 Jahre
Nachliefergarantie	10 Jahre
Technik	
Synchronmechanik mit manueller Einstellung auf Körpergewicht	50 - 130 kg
Synchronmechanik mit automatischer Einstellung auf Körpergewicht	nein
Verwendete Stuhltechnik	Synchrontechnik mit separater Sitzneigeverstellung
Sitzhöhenverstellung durch Gasfeder	420 - 560 mm
Sitzbreite · Sitztiefe	480 mm · 450 - 510 mm
Sitzneigeverstellung (automatisch oder manuell)	manuell
Rückenlehnenhöhe · verstellbar	630 mm · 60 mm
Rückenlehne neigbar	35°
Rückenlehne arretierbar	5 Positionen
Sitz-/Rückenlehnenneigung	1:2
Mechanische Tiefenfederung	ja
Polsterung · Polsterstärke	Rücken: Polyetherschaum - Raumgewicht 35, Sitz: Polyetherschaum - Raumgewicht 40
Wechselpolster	ja · Frauensitz, Männersitz, Bandscheibensitz sowie XXL-Sitz
Bezug	100 % Xtreme FR · 100.000 Scheuertouren
Bezug verklebt Sitz · Rückenlehne	ja · ja
Sitz und Rückenlehne	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt
Lumbalstütze · Funktionen	Standard · höhenverstellbar über Rückenlehne, optional tiefenverstellbar
Kopfstütze · Funktionen	Option · höhenverstellbar und neigbar
Armlehnen/Auflagen	3-D verstellbar mit Softtouchauflage, höhenverstellbar 70 mm, breitenverstellbar 40 mm, schwenkbar 30°, beidseitig leicht verstellbar
Fußkreuz	Aluminium poliert
FAZIT	Der Sitwell Office ist mit einem wechselbaren Federkernpolster ausgestattet, das ein besonders angenehmes Sitzen ermöglicht. In den Bereichen Ausstattung, Preis und Ergonomie erreichte der Sitwell Office C1530 sogar die Top 5.



Brunner GmbH	Dauphin HumanDesign® Group	F.-Martin Steifensand Büromöbel GmbH	HÄG GmbH
too 2.0 - 154M	Dauphin Bionic syncro® BC 29185 133	Seno Comfort	HÄG Futu
Oktober 2000	Mai 2007	Januar 2009	Oktober 2008
715,- Euro	598,- Euro	545,- Euro	509 Euro
2 Jahre - 2 Jahre	5 Jahre - 2 Jahre	5 Jahre - 5 Jahre	10 Jahre- lebenslang
5 Jahre	10 Jahre	10 Jahre	10 Jahre

nein	ca. 50 - 125 kg	45 - 125 kg	nein
35 - 125 kg	optional (Daumatic®-Technik)	optional	nein
Brunner Mechanik	Synco-Active-Balance® mit Federkraft-Schnellverstellung	Senosynchronmechanik mit Sitzneigeautomatik	In Balance™
440 - 560 mm	390 - 510 mm	420 - 540 mm	400 - 550 mm
480 mm - 450 - 510 mm	490 mm - 400-460 mm	490 mm - 420 - 480 mm	485 mm
manuell	automatisch + individuell - (bis -12°)	Automatik / manuell arretierbar	automatisch
590 mm - nein	560 mm - 100 mm	570 - 650 mm - ja	600 mm
35°	78° - 128°	86 - 128°	ja
stufenlos	stufenlos	5 Positionen	nein
1:3	1:2,6	1:2	k.A.
ja	optional: 20,- €	ja	nein
Rücken: Netzgewebe Sitz: Formschaum 40 kg/m³	Sitz: Formschaum, Polsterstärke 4,0 cm Rückenlehne: Formschaum, Polsterstärke 2,6 cm	Rücken: Formschaum, 47,5 kg/m³ Sitz: Formschaum, 54,5 kg/m³	Sitz: Formschaum, 76 kg/m³ Schaumstärke 62 mm
Netzgewebe Rücken	Sitz- und Rückenlehnenpolster wechselbar	ja	ja
Trevira CS	100 % Trevira CS - 100.000 Scheuertouren	Stoff 100.000 Scheuertouren	FutuKnit
ja - nein	nein - ja	nein - nein	nein - nein
ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt	Sitz ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt
Option - höhenverstellbar über Verstellhebel	Standard - höhenverstellbar über Rückenlehne, (optional, tiefenverstellbar 3,5 cm (+50,- €))	Standard - höhenverstellbar über Rückenlehne, Tiefenverstellung optional	ja
Option - höhenverstellbar und neigbar	Option - höhenverstellbar 80 mm	Option	nein
3-D verstellbar mit Softtouchauflage höhenverstellbar 100 mm, breiten- und tiefenverstellbar 50 mm, schwenkbar 30°, beidseitig werkzeuglos verstellbar	höhenverstellbar 100 mm, breitenverstellbar 50 mm (werkzeuglos), Armauflagen PU soft (90,- €)	Multifunktionsarmlehnen mit PU-Auflage und poliertem Alubügel (opt.), höhenverst. 100 mm, breitenverst. 70 mm, tiefenverst. PU-Auflage 50 mm schwenkbar 30°, werkzeuglos verstellbar	ja
Aluminium pulverbeschichtet optional poliert	Kunststoff schwarz (Aluminium pulverbeschichtet + 35,- €), (Aluminium poliert + 59,- €)	Aluminium poliert	Fußkreuz mit anatomisch geformten Auflageflächen in Silber

Der too 2.0 hat im FACTS-Praxistest mit sehr guten Ergebnissen abgeschnitten. Besonders angenehm ist den Testern der Gegendruck der Rückenlehne aufgefallen, der dem Körpergewicht automatisch angepasst wird.	Der Bionic ist Testsieger geworden, weil er in den Kategorien Praxistest, Umwelt/Sicherheit, Design, Ergonomie und Ausstattung zu den Besten im Test gehört.	Der Seno Comfort ist mit einer Sitzneigeautomatik ausgestattet, die den Körper immer wieder in eine aufrechte Haltung bringt. Diese und andere Funktionen machten den Seno Comfort unter anderem zum Sieger in der Kategorie Ergonomie.	Der Futu von HÄG schafft es immer wieder auf das Siegertreppchen. Den dritten Platz im Test bekam der Bürostuhl für ausgezeichnete Leistungen in den Kategorien Praxistest, Umwelt/Sicherheit, Design, Preis und Ausstattung.
--	--	---	---



› zustellen. Besonders gut gefallen haben unter diesem Aspekt die Bürostühle, die einfach „anders“ ausschauen. Besonders gepunktet haben hier die Stühle von viasit, Sedus, Dauphin, Haworth und HÄG. Die Stühle der anderen Hersteller sind zwar auch recht ansehnlich, sie ähneln sich allerdings sehr.

Wie bei anderen zeitgemäßen Produkten spielt auch beim Bürostuhl der Umweltaspekt eine große Rolle. Die Tabelle auf Seite 80 zeigt, welche Umweltkriterien es gibt und welche von den Test-Stühlen erfüllt werden. Das Gleiche gilt für die unterschiedlichen Sicherheitsprüfungen.

FAZIT

Insgesamt haben die Bürodrehstühle im Test mit guten und sehr guten Ergebnissen abgeschnitten. Alle getesteten Stühle sind absolut sicher und für das Dauersitzen im Büro bestens geeignet. Da jeder Stuhl besondere Stärken hat, hat FACTS für die Testbereiche Preis, Ausstattung, Funktionstest, Ergonomie und Umwelt eine Top 5 zusammengestellt. Die meisten Punkte und damit die Goldmedaille bekam der Bionic von Dauphin, dicht gefolgt von den Silbermedaillengewinnern F. M. Steifensand mit dem Seno Comfort und viasit mit dem linea npr 1813. Die Bronzemedaille erhielt der Futu von HÄG und der Salida DL von Samas. Auf das restliche Ranking hat die Redaktion bewusst verzichtet, da alle Testkandidaten hier ähnlich viele Punkte hatten und das Ranking hauptsächlich vom Anfangsbuchstaben des Herstellernamens abhängig wäre.

Klaus Leifeld ■

Anbieter / Hersteller	Haworth GmbH
Modell	X8863
Markteinführung	Oktober 2002
Empfohlener Verkaufspreis exkl. Mehrwertsteuer	707,- Euro
Produkt-/ Gasfedergarantie	5 Jahre - 5 Jahre
Nachliefergarantie	5 Jahre
Technik	
Synchronmechanik mit manueller Einstellung auf Körpergewicht	40 - 120 kg
Synchronmechanik mit automatischer Einstellung auf Körpergewicht	nein
Verwendete Stuhltechnik	3-Punkt-Synchronmechanik
Sitzhöhenverstellung durch Gasfeder	390 - 510 mm
Sitzbreite · Sitztiefe	500 mm · 420 - 570 mm
Sitzneigeverstellung (automatisch oder manuell)	manuell
Rückenlehnenhöhe · verstellbar	560 mm · nein
Rückenlehne neigbar	25°
Rückenlehne arretierbar	5 Positionen
Sitz-/Rückenlehnenneigung	1:1,5
Mechanische Tiefenfederung	optional
Polsterung · Polsterstärke	Rücken: Netzpolster, Sitz: Formschaum, Dicke 50 mm, Gewicht: 85 kg/m ³ , Option: AIR-GO-PUR-Sitz
Wechselpolster	nein
Bezug	Xtreme FR (PG1) · 100.000 Scheuertouren
Bezug verklebt Sitz · Rückenlehne	nein · nein
Sitz und Rückenlehne	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt
Lumbalstütze · Funktionen	Standard: höhen- und tiefenverstellbar, Verstellbereich: Höhe 100 mm, Tiefe 25 mm
Kopfstütze · Funktionen	Option · höhenverstellbar und neigbar
Armlehnen/Auflagen	4-D verstellbar mit PUR-Auflage, höhenverstellb. 110 mm, tiefenverstellbar 50 mm, breitenverstellbar 150 mm, schwenkbar 30°, beidseitig werkzeuglos verstellbar
Fußkreuz	Stahl mit Kunststoffabdeckungen schwarz Option: Aluminiumfußkreuz
FAZIT	Der Stuhl punktete im FACTS-Test besonders in der Kategorie Design. Darüber hinaus bescheinigen die Testergebnisse dem Drehstuhl gute Leistungen in den restlichen Kategorien.



Interstuhl Büromöbel GmbH & Co.KG	Mauser Sitzkultur GmbH & Co. KG	Nowy Styl GmbH	ROVO CHAIR
Goal 152G	484 attivo	Belite 3213	ROVO XN 5060
Oktober 2005	Januar 2007	Juli 2009	2007/2008
434,- Euro	565,- Euro	481,- Euro	545,- Euro
5 Jahre · 5 Jahre	5 Jahre · 5 Jahre	2 Jahre · 4 Jahre	5 Jahre · 5 Jahre
10 Jahre	10 Jahre	5 Jahre	10 Jahre

45 - 130 kg	50 - 120 kg	45 - 110 kg	50 - 125 kg
nein	nein	nein	nein
Interstuhl Eigenentwicklung, patentiert	Synchronmechanik	LP-01Leggett&platt Free floa Synchronmechanik	Komfort-Synchronmechanik
410 - 510mm, patentierte Sitzhöhengrundeinstellung, zusätzlich 50 mm Verstellbereich	420 - 530 mm, optional niedrige Gasfeder 400 - 505 mm und erhöhte Gasfeder 500 - 610 mm	435 - 570 mm	410 - 540 mm
470 mm · 410 - 460 mm	500 · 403 - 463 mm	498 · 430 - 493 mm	480 mm · 400 - 450 mm
manuell	Balance-Automatik	manuell	manuell
530 mm · um 70 mm	620 mm · 70 mm	550-625 mm · 135 mm	630 mm · nein
95 - 120°	89 - 113,5°	20°	35°
4 Positionen	7 Positionen	6 Positionen	3 Positionen
1:2	1:2	1:2	1:2
optional	ja	nein	option
Rücken: Formschaum 45 kg/m ³ Sitz: Formschaum 65 kg/m ³	Rücken: Formschaum 60 kg/m ³ Sitz: Formschaum 75 kg/m ³	Rücken und Sitz in unterschiedlichen Stärken	Rücken: Formschaum, Netz 2D Sitz: Blockschaum 40 kg/m ³
ja	ja	nein	ja
17 verschiedene Stoffqualitäten in 7 Preisgruppen mit mehr als 115 unterschiedlichen Stoffen	Farne: 95 % Schurwolle, 5 % Polyamide, 200.000 Scheuertouren	PK 2/3, optional Leder oder 5 Stoffgruppen in unterschiedlichen Farben und Preisklassen	Polyester Xtreme Stretch · 100.000 Scheuertouren
nein · nein	nein · nein	nein · nein	nein · Netz 2D
anatomisch geformt · atmungsaktiver Formschaum · FCKW-, CKW-frei (sortenrein)	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt, atmungsaktiv	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt	ergonomisch geformt, Blockschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt
Option · tiefenverstellbar, höhenverstellbar über Rückenlehnenhöhe	Standard · Luftkissen (AirComfortPad). Oberfläche passt sich an die Rückenkontur an.	Option · höhenverstellbar über Rückenlehne, tiefenverstellbar	Option (höhen- und tiefenverstellbar-Air Plus)
Option · schwenkbar	Option	Standard · höhenverstellbar	Option · höhenverstellbar und neigbar
optional 1) T-Armlehne, Auflage PU, werkzeuglos breiten- (je Seite 25mm) und höhenverstellbar (10 Positionen, 90mm), 2) T-Armlehne, Auflage PU, werkzeuglos breiten- (je Seite 25mm) und höhenverstellbar, (10 Positionen, 90mm), tiefenverstellbar (60mm), schwenkbar (links/rechts je 17,5°)	3-D verstellbar mit Integralschäumeauflage, höhenverstellbar 100 mm, tiefenverstellbar 40 mm, schwenkbar +/- 15 °, werkzeuglos verstellbar, optional: Armauflage Kunststoff und Gel. Optional: Breitenverstellung Armlehnen	Höhenverstellbar 180 - 265 mm Option: Armauflagen aus weißem Naturleder	Standard: Armlehnen Typ 1, höhen- und breitenverstellbar, optional: Armlehnen Typ 2, höhen- und breitenverstellb., mit weicher PU-Auflage, Armlehnen Typ 4 und 5 höhen-, breiten-, und tiefenverstellb., schwenkbar mit weicher Auflage, Aluminium, alle werkzeuglos verstellbar
Kunststoff schwarz, optional Alu-Druckguss, brillantsilber, pulverbeschichtet oder poliert	Aluminium poliert	Aluminium poliert	Vollkunststoff · Aluminium (Option)

Für einen besonders günstigen Preis bietet der Goal152 eine sehr gute Ausstattung. Im Praxistest schaffte es der Bürostuhl auf den zweiten Platz.	Die Sitzfläche des attivo ist dynamisch mit der Synchronmechanik verbunden und folgt so jeder Gewichtsverlagerung. Der Körper gleicht diese Bewegung aus und ist so immer in Bewegung. Ergebnis: Platz 3 in der Kategorie Ergonomie.	Der schicke Belite von Nowy Styl bietet alles, was ein moderner Bürostuhl benötigt, und ist als einziger Stuhl im Test sogar schon in der Standardversion mit einer Kopfstütze ausgestattet. In der Kategorie Preis belegt der Belite den Platz 1.	Rovo schickte den XN 5060 ins Rennen. Besonders ins Auge fällt sofort der Rückenlehnen-Rahmen mit der textilen Netzbespannung. Der XN 5060 ist sehr gut ausgestattet und erreichte in einigen Kategorien die Top 5.
---	--	--	---



GUT GELÖST: Um den Lendenwirbelbereich individuell stützen zu können bedienen sich die Hersteller unterschiedlicher Techniken.



Anbieter / Hersteller	Samas GmbH & Co. KG
Modell	Drabert Salida, Modell DL
Markteinführung	Oktober 2006
Empfohlener Verkaufspreis exkl. Mehrwertsteuer	670,- Euro
Produkt- / Gasfedergarantie	5 Jahre - 5 Jahre
Nachliefergarantie	10 Jahre
Technik	
Synchronmechanik mit manueller Einstellung auf Körpergewicht	50 - 125 kg
Synchronmechanik mit automatischer Einstellung auf Körpergewicht	ja
Verwendete Stuhltechnik	Drabert 3D Federbügel Synchrontechnik
Sitzhöhenverstellung durch Gasfeder	400 - 540 mm
Sitzbreite · Sitztiefe	480 mm · 380 - 480 mm
Sitzneigeverstellung (automatisch oder manuell)	manuell
Rückenlehnenhöhe · verstellbar	600 mm · nein
Rückenlehne neigbar	25°
Rückenlehne arretierbar	4 Positionen
Sitz-/Rückenlehnenneigung	1:3
Mechanische Tiefenfederung	optional
Polsterung · Polsterstärke	Rücken: Formschaum 35 kg/m ³ Sitz: Formschaum 50 kg/m ³
Wechselpolster	ja
Bezug	Stoff PG1 Extreme, 100.000 Martindale
Bezug verklebt Sitz · Rückenlehne	nein · nein
Sitz und Rückenlehne	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt
Lumbalstütze · Funktionen	Standard · höhenverstellbar
Kopfstütze · Funktionen	Option · höhen- und tiefenverstellbar
Armlehnen/Auflagen	3-D verstellbar mit Softtouchauflage, höhenverstellbar 100 mm, breitenverstellbar 50 mm je Seite, schwenkbar 30° beidseitig, tiefenverstellbar 40 mm, werkzeuglos verstellbar
Fußkreuz	Aluminium poliert
FAZIT	Der zweite Platz in der Kategorie Praxistest und der vierte Platz im Bereich der Ergonomie sagen eigentlich alles über den Salida DL von Drabert. Der Stuhl ist gut ausgestattet und wird zu einem entsprechenden Preis verkauft.



Sedus Stoll AG	Viasit Bürositzmöbel GmbH	Wagner Bürostühle - TOPSTAR GmbH	Wiesner Hager GMBH
black dot bd-102	linea npr	ErgoMedic 100	paro_plus business 5282
Januar 2008	Oktober 2006	Juni 2009	Januar 2009
684,- Euro	542,- Euro	650,- Euro	593,- Euro (Vollausstattung)
5 Jahre · 5 Jahre	5 Jahre · 5 Jahre	5 Jahre · 5 Jahre	2 Jahre · 5 Jahre
5 Jahre	10 Jahre	10 Jahre	12 Jahre
45-120 kg	45-120 kg	50 - 120 kg	40 - 120 kg
nein	optional	nein	nein
Similarmechnik	Punktsynchronmechanik	Dondola-3D-Synchronmechanik	Dynamische Synchrontechnik
420-550 mm	410-550 mm	420 - 550 mm	410 - 530 mm
480 mm · 380-440 mm	460 mm · 380-480 mm	470 mm · 475 - 505 mm	465 mm · 400 - 453 mm
manuell	manuell	manuell	manuell (5° neigbar)
590 mm · nein	540 mm · 70 mm	645 mm · 50 mm	545 mm · 70 mm
32°	28°	23°	22°
18 Positionen	4 Positionen	1 Position	5 Positionen
1:2,7	1:2	1:3	1:1,8
Sedo-Lift-Mechanik ²	ja	optional	Tiefendämpfung durch Elastomer-Element
Rücken: Formschaum 50 kg/m ³ Sitz: Formschaum 65 kg/m ³	Rücken: Formschaum 50 kg/m ³ Sitz: Formschaum 62 kg/m ³	Rücken: atmungsaktives Netz + elastische Gummibänder, Sitz: Formschaum: 50 kg/m ³	Rücken: Schnitschaum (27 kg/m ³); Sitz: Schnitschaum (40 kg/m ³)
ja	ja	Sitz ja - Lehne nein	nein
Kollektion Fame (95 % Baumwolle, 5 % Polyamid)	Textil	Stoff, optional Leder	Testmodell: Stoff („Camira Xtreme_plus“; 100% Polyester; 100.000 Martindale
nein	nein · nein	nein · nein	nein · nein
ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt	ergonomisch geformt, Formschaum, FCKW- und CKW-frei geschäumt	ergonomisch geformt; Schnitschaum FCKW- und CKW-frei
Standard · höhenverstellbar 80 mm	Option: Original Schukra · höhenverstellbar über Rückenlehne	Standard · höhenverstellbar über Rückenlehne	Standard · höhenverstellbar über Rückenlehne
nein	Option · höhenverstellbar und neigbar	nein	Option · höhenverstellbar und neigbar
2-D verstellbar mit Softtouchauflage höhenverstellbar 110 mm, tiefenverstellbar 60 mm, werkzeuglos verstellbar	höhenverstellbar 100 mm, breitenverstellbar je 35 mm werkzeuglos verstellbar	höhenverstellbare Armlehnen mit Softpad-Auflagen, höhenverstellbar: 100 mm Optional: höhen-, breiten- und radial-verstellbare Armlehnen mit Softpadauflagen	3 Standard-Armlehnvarianten: a) breitenverstellbar, b) breiten- und höhenverstellbar (Testmodell) c) 3D-Armlehne in Breite, Höhe und Tiefe verstellbar; sowie 30° drehbar; alle Verstellungen werkzeuglos; mit weicher Armauflage für b) und c)
Aluminium pulverbeschichtet	Kunststoff, optional Aluminium	Polyamid schwarz	Aluminium poliert
Fast ganz oben auf dem Siegestreppchen stand der black dot in der Kategorie Design. Er punktete aber nicht nur hier, sondern auch in vielen anderen Bereichen. Das Ergebnis: In der Gesamtwertung unter den besten fünf.	Viasit bietet mit dem linea npr einen Bürodrehstuhl zu einem attraktiven Preis an. Beim Praxistest belegte der Stuhl den ersten Platz. Gute und sehr gute Noten in den anderen Kategorien brachten ihm insgesamt die Silbermedaille.	Das Traditionsunternehmen Wagner bekam für den Ergo Medic 100 neben den sehr guten Bewertungen im Praxistest auch für die Kategorie Umwelt/Sicherheit eine besondere Auszeichnung.	Die Tester bescheinigen dem paro_plus besonders gute Sitzeigenschaften. Auch im Bereich Umwelt und Sicherheit konnte der Bürostuhl von Wiesner Hager punkten.

Sieger in den Kategorien ...

FACTS
SIEGER 10/09
PRAXISTEST

PRAXISTEST

Platz 1	Dauphin Bionic Viasit linea npr 1813
Platz 2	Interstuhl Goal 152G Samas Drabert Salida DL
Platz 3	Wiesner Hager paro_plus business
Platz 4	ROVO XN 5060 HÅG Futu
Platz 5	Brunner too 2.0 Topstar Ergo Medic 100

FACTS
SIEGER 10/09
UMWELT/SICHERHEIT

UMWELT/ SICHERHEIT

Platz 1	HÅG Futu
Platz 2	Brunner too 2.0 Interstuhl Goal 152G Samas Drabert Salida DL Sedus black dot
Platz 3	Dauphin Bionic
Platz 4	ROVO XN 5060 Wiesner Hager paro_plus business
Platz 5	Topstar Ergo Medic 100 Mauser 484 attivo F. M. Steifensand Seno Comfort

FACTS
SIEGER 10/09
DESIGN

DESIGN

Platz 1	Viasit linea npr 1813 Haworth X8863
Platz 2	Sedus black dot
Platz 3	Dauphin bionic
Platz 4	HÅG Futu
Platz 5	Nowy Styl Belite 3213

FACTS
SIEGER 10/09
PREIS

PREIS

Platz 1	Interstuhl Goal 152G Nowy Styl Belite 3213
Platz 2	HÅG Futu Viasit linea npr 1813 ROVO XN 5060
Platz 3	F. M. Steifensand Seno Comfort
Platz 4	1000 Stühle Steifensand Sitwell Office
Platz 5	Mauser 484 attivo

FACTS
SIEGER 10/09
ERGONOMIE

ERGONOMIE

Platz 1	F. M. Steifensand Seno Comfort
Platz 2	Dauphin Bionic
Platz 3	Mauser 484 attivo
Platz 4	Brunner too 2.0 Samas Drabert Salida DL
Platz 5	1000 Stühle Steifensand Sitwell Office

FACTS**SIEGER** 10/09**AUSSTATTUNG****AUSSTATTUNG**

Platz 1	Interstuhl Goal 152G
Platz 2	HÅG Futu
Platz 3	Dauphin Bionic
Platz 4	ROVO XN 5060 F. M. Steifensand Seno Comfort
Platz 5	1000 Stühle Steifensand Sitwell Office

FACTS**SIEGER** 10/09**GESAMT****GESAMT**

Platz 1	Dauphin Bionic
Platz 2	F. M. Steifensand Seno Comfort Viasit linea npr 1813
Platz 3	HÅG Futu Samas Drabert Salida DL
Platz 4	Interstuhl Goal 152G Mauser 484 attivo
Platz 5	Sedus black dot