

Brigitte Buchwald, 66 Jahre
Ravensburg
18.03.2017

Test von Qi Quant Platte Office Pro

Die Platte Office Pro hatte ich von Dezember 2016 bis März 2017 im Dauertest.

Über die Winterzeit hatte ich pro Tag 4 bis 8 Stunden in meinem Büro zu tun und konnte so die Wirkung der Platte ausprobieren.

Bisheriger Stand war, dass ich nach ca. 4-5 Stunden nicht mehr ruhig auf dem Stuhl sitzen konnte. Ich bin hin und her gerutscht, öfters mal aufgestanden, weil es im unteren Rücken unangenehm wurde. Ich legte dann immer kurze Pausen mit ein paar Übungen ein, um den Rücken zu entlasten.

Auch musste ich mich immer wieder aufrichten und richtig auf den Stuhl setzen. Meine Füße habe ich immer wieder mal auf die Fußablage gestellt bzw. wieder runtergenommen und daneben gestellt. Oft habe ich die Sitzhöhe des Stuhles verändert, um eine andere Sitzposition im Rücken zu haben.

Diese Unruhe hatte ich immer der späten Abendzeit zugeschrieben und dachte mir, dass ich wohl schon müde sei von der Tagesarbeit.

Des öfteren habe ich mir auch Vorträge in You tube angehört und manchmal die Beine auf dem Schreibtisch abgelegt. Dies führte aber nach einer gewissen Zeit ebenfalls zu unangenehmen Beschwerden im Rücken, weil ich ja nicht richtig auf dem Stuhl gesessen bin.

Seit ich die Platte unter meinem Bürostuhl habe, waren alle Unruhe und Beschwerden im unteren Rückenbereich weg und ich konnte sitzen wie und so lange ich wollte. Ich fühle mich sehr gut und keineswegs müde, wenn es später geworden ist.

Ich bin sehr erstaunt, welche Wirkung sich durch den Einsatz der Platte erzielen lässt und kann diese Platte allen Menschen, die täglich mehrere Stunden auf einem Bürostuhl sitzen müssen, nur empfehlen.