

URL: <https://www.manager-magazin.de/lifestyle/stil/buerostuhl-test-pure-is3-im-sitzvergleich-a-1278598.html>

zuletzt aktualisiert: 24. Juli 2019, 11:28 Uhr

Bürostuhl-Test

Mehr Bewegung im Büro - im Sitzen

Von Maren Hoffmann

Es ist ernüchternd: Die meisten von uns verbringen wohl mehr Zeit mit ihrem Bürostuhl als mit ihrem Partnerin oder ihrem Partner. Siebeneinhalb Stunden am Tag verbringen wir Deutschen in sitzender Position, wer im Büro arbeitet, kommt laut einer Untersuchung der deutschen Krankenversicherungen sogar auf mehr als elf Stunden. (Nur rund viereinhalb wache Stunden verbringen einer anderen Studie zufolge berufstätige Paare miteinander.)

Dass Sitzen ungesund ist, ist mittlerweile eine Binsenweisheit. Stuhlhersteller mögen allmählich ähnlichen Rechtfertigungsdruck wie Tabakkonzerne fühlen. Zumindest könnte das die Flut an neuen Sitz- und Arbeitsplatzkonzepten erklären, die die körperlichen Schäden sitzender Tätigkeiten minimieren sollen: Laufbänder, digitale Sitzcoaches und Deskbikes, um nur einige Beispiele zu nennen.

Die Firma Interstuhl legt jetzt zum Thema dynamisches Sitzen nach und hat den "Pure IS3" auf den Markt gerollt, einen intuitiv bedienbaren Bürostuhl, dessen Rückgrat so flexibel ist wie das eines gewieften Karrieristen und sich auch asymmetrisch verdrehen lässt. "Ready. Sit. Go!" steht auf der begleitenden Broschüre, als ginge es um ein Sportgerät. Das ist übertrieben: Es ist, alles in allem, doch ein Stuhl.

Lesen Sie auch: Mit dem Deskbike am Schreibtisch radeln

Die neue Idee ist, dass man nicht erst eine halbe Stunde mit einem persönlichen Ergonomie-Coach braucht, bis alles richtig eingestellt ist - der Pure soll das alleine können, verzichtet bis auf die Gasdruckfeder zur Höhenverstellung auf das meiste an herkömmlicher Mechanik und soll das durch smarte Materialien und seine Bauweise wettmachen. Kernstück: Die "smart spring", eine Feder, die den gesamten Stuhl trägt und weite Bewegungsradien ermöglicht - so kann man sich im Stuhl umdrehen und die Lehne dabei ein ganzes Stück mitnehmen, auch Hüftschwünge und Gewichtsverlagerungen animieren den Stuhl zur Reaktion und freuen die Bandscheiben.

Das ist ein ähnliches Konzept wie Haiders vielfach justierbarer Bioswing, der auf einem "3D-Sitzwerk" gelagert ist und selbst auf Minimalstbewegungen wie Atmung dynamisch reagiert. Beim Bioswing, für mich nach wie vor die Benchmark der sitzdynamischen Bürostühle, ist das noch ein wenig geschmeidiger und feiner abgestimmt als beim Pure, allerdings ist ersterer auch deutlich teurer - bei knapp 1000 Euro geht es erst los (für Ledermodelle kann man auch gut das Doppelte loswerden), während der viel leichtere Pure ab rund 565 Euro zu haben ist.

Unter dem Sitz des erfreulich unkomplizierten Pure sind zwei Zugschalter: Einer für die Sitzhöhe, der andere stellt die Rückenlehne fest, falls man doch einmal weniger dynamisch sitzen möchte. Die Armlehnen haben auch je einen Knopf zum Höhenverstellen, und das war es dann auch. Im sommerlichen Langzeittest überzeugt das rund 565 Euro teure Sitzgerät vor allem durch seine Flexibilität: Jede Haltungsänderung ändert tatsächlich auch die Position des Stuhls, ohne dass das Sitzgefühl zu schwammig wird. Im Bestreben, das Alleinstellungsmerkmal der verdrehbaren Rückenlehne möglichst auszureizen, nimmt man an dem Stuhl allerdings Positionen ein, die ein wenig bemüht aussehen mögen - den Rücken dürfte das allerdings freuen, denn wie Physiotherapeuten wissen: Die beste Sitzhaltung ist immer die nächste, Hauptsache, man bewegt sich.

Angenehm das luftige Netzgewebe, das den Rücken belüftet und die weiße Mechanik wie eine eigene Stuhl-Wirbelsäule durchschimmern lässt. Ein wenig ärgerlich sind nur die Armlehnen: Wenn man den Stuhl an den Lehnen nach vorne zieht, kommen gleich die ganzen Armstützen ein Stückchen mit.

Fazit: Der Pure ist ein interessantes Büromöbel, dessen Sitzgefühl sich tatsächlich von herkömmlichen Bürostühlen unterscheidet. Wer gern dynamisch sitzt, wird seine Freude an ihm haben; wer lieber kontinuierlich festen Halt hat, müsste sich ein wenig umgewöhnen. An Rückenlehnen-Feststeller ist der flexible Bürofreund eher verschwendet, weil er seine Stärken nicht ausspielen kann. Die einfache Handhabung ist ein großes Plus für Arbeitsplätze, an denen oft verschiedene Mitarbeiter sitzen - denn umständliches Nejustieren entfällt, trotzdem können alle optimal sitzen.

© **manager magazin 2019**

Alle Rechte vorbehalten

Vervielfältigung nur mit Genehmigung