

Certaines personnes, très affaiblies du dos, très fragilisées ont besoin d'une explication pour mieux comprendre ce que l'assise BIOSWING change pour eux, point de vue l'activation des muscles dorsaux. Le texte ci-dessous donne cette explication. Revenez vers moi si vous voulez en savoir plus ! (koen.deprez@bioswing.fr)

La première fois que vous vous asseyez sur un siège BIOSWING est parfois une expérience particulière et contradictoire!

Situation de départ:

Cela fait des années et des années que vous êtes assis sur un siège normal (statique), au lieu d'un siège BIOSWING. Après quelque temps, vous développez des courbatures, surtout dans le bas du dos.

En réalité, les muscles du bas du dos se sont atrophiés par manque d'exercice lié au travail sédentaire. Mais puisque votre travail vous oblige de toujours prendre exactement la même position, vous n'avez pas le choix. A cause de ce manque d'exercice, pendant des heures de suite, les muscles de la région lombaire se crispent: ils sont mal irrigués par le sang (c'est-à-dire mal nourris). Quelques, des 150 muscles dorsaux seulement, suffisent pour causer des douleurs fulgurantes. Ces muscles contractés transmettent des signaux d'alarme aux centres cérébraux de la douleur. Ils ne sont plus en mesure d'accomplir ce que vous en demandez (porter votre poids) et ils vous forcent à changer de position. Mais votre travail ne vous permet pas de prendre une autre posture. C'est donc du pareil au même.

Puis, un jour, vous vous laissez persuader d'essayer le siège BIOSWING....

Stade d'essai: vous vous êtes installé sur un siège BIOSWING. Félicitations, vous avez décidé de bouger plus!

Mais, aussi invraisemblable que cela paraisse, il se peut que le mal s'aggrave quand vous commencez à utiliser le siège BIOSWING! Mais pourquoi?

Parce que le siège BIOSWING fait 'travailler' tous les muscles du dos. Le système BIOSWING 3D met continuellement votre corps en un mouvement horizontal. Automatiquement, inconsciemment et sans aucun effort. Un soulagement pour les muscles qui normalement ne travaillent pas, mais une catastrophe pour ces muscles du bas du dos surmenés, affaiblis et sous-alimentés qui se crispent facilement. Ces derniers ne désirent qu'une chose: se reposer, partir en congé! Mais vous devez travailler et il ne vous reste plus qu'à essayer encore une fois votre BIOSWING. Mais... äïe! Cela fait toujours mal ! A ce moment-là, il y a deux scénarios possibles:

Scénario 1

Vous ne comprenez pas ce qui se passe et vous êtes:

1°) FURIEUX, DÉÇU ET À JAMAIS INDIGNÉ! Vous jetez le siège BIOSWING (qui ne sert clairement à rien) par la fenêtre, vous prenez 3 jours de congé, vous vous promenez, vous faites tout pour ne pas devoir reprendre cette position insupportable sur votre ancien siège. Mais le devoir vous appelle et vous retournez à votre lieu de travail. Après vos trois jours de congé, vous réessayez le siège BIOSWING une toute dernière fois et... en effet, la douleur a disparu! Un peu bizarre, mais cela fait du bien! Ouf!

Scénario 2

2°) COURAGEUX, CONFiant, PLEIN D'ESPOIR ET PERSÉVÉRANT! Vous vous mordez les lèvres pour ne pas crier de douleur et vous persistez. Les muscles qui normalement se contractent, font mal, mais c'est plutôt une douleur de fatigue qu'une vraie crampe. Le deuxième jour, la douleur s'atténue un peu. Le troisième, vous vous sentez déjà beaucoup mieux et après quatre jours à une semaine, la douleur a complètement disparu.

Stade ultime et permanent: vous changerez peut-être d'emploi, de partenaire ou d'adresse, mais vous ne changerez plus jamais de siège. BIOSWING vous accompagnera à vie.

Mais qu'est-ce qui s'est passé?

Eh bien, c'est très simple:

Le siège BIOSWING fait bouger, travailler, vivre... tous les 150 muscles dorsaux. Ils sont donc tous les 150 bien irrigués: ils sont pourvus d'oxygène et de sucres et les toxines sont évacuées. Les muscles qui ne bougeaient point sont 'heureux' et ceux qui étaient crevés (affaiblis) et qui se crispait donc continuellement, préféreraient se reposer, mais hélas, eux aussi doivent bouger! La plupart de vos muscles dorsaux sont paresseux et vite fatigués, mais grâce au siège BIOSWING, ils commencent à leur tour à soutenir votre corps assis. Une première! Ces muscles-là sont fatigués, tout simplement parce qu'ils ressentent pour la première fois ce que cela signifie de se mouvoir! Et les muscles qui avant faisaient tout le travail, qui étaient exténués et affaiblis et qui se contractaient? Et bien, non, ils ne peuvent pas profiter d'un repos mérité! **Le siège BIOSWING les fait toujours travailler, mais maintenant, ils sont bien irrigués, défaits de toxines et ils ont l'occasion de se remettre et de se renforcer.**

Conclusion: la majorité paresseuse apprend à bouger et les esclaves travaillent d'ores et déjà dans les meilleures conditions. L'exercice BIOSWING leurs fait du bien à tous. Ils sont tous bien irrigués et ils ont tous la possibilité de se renforcer. **Quel programme de musculation!** Au début, l'entraînement est un peu dur, c'est normal, mais cela passera: vous vous lèverez le soir et vous aurez l'idée d'avoir « bêché le jardin ». Vous serez fatigué, mais heureux. Vous vous sentirez mieux de jour en jour - on ne peut pas brusquer la musculation - et après un mois, vous sentirez votre dos renforcé! Et si vous vous asseyez à nouveau sur votre ancien siège et que vous n'avez pas mal les premiers jours, c'est que BIOSWING a rajeuni et renforcé tous vos muscles. Si par contre vous continuez à utiliser l'ancien siège, la douleur reviendra... par manque d'exercice!

Morale de l'histoire: SWINGUEZ sur votre BIOSWING, votre dos vous en sera reconnaissant! Tout au long de votre vie.