ADVINOVA-Information
Informationsmanual zu BALIMO

BALIMO® : vielseitig und überzeugend

Institut für Biomechanik & Orthopädie
der Deutschen Sporthochschule Köln

BALIMO®
Balance in Motion

Am Altenbruch 7
40822 Mettmann
www.balimo.info

Fon: +49 (0) 2104 - 505 4747
Fax: +49 (0) 2104 - 505 4745
Mail: postmaster@balimo.info

ADVINOVA GmbH
Advanced Innovations

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Praxisbericht von Wiebke Kümper, Physiotherapeutin am Alfried Krupp Zentrum für Medizin und Rehabilitation

Wiebke Kümper, Physiotherapeutin am Alfried Krupp Zentrum für Medizin und Rehabilitation, Essen, setzt BALIMO in ihrer Arbeit in der neurologischen Rehabilitation ein.

Der Bewegungsstuhl kam bei Patienten mit folgenden Krankheitsbildern und Funktionsstörungen zum Einsatz:

- Patienten nach einem Schlaganfall mit deutlicher Störung des Gleichgewichtempfindens sowie der Haltung und Symmetrie
- Patienten mit Multipler Sklerose oder Parkinson und erheblicher Behinderung der Körperbewegung und Abnahme der Muskelkraft
- Patienten nach einem Bandscheibenvorfall mit Schädigung der Nervenwurzeln und Minderung oder Ausfall des Empfindens und der Muskelkraft
- Patienten z.B. nach Unterleibsoperationen zum Training der Blasenfunktion, zur Beckenbodengymnastik

Der BALIMO wurde in der jeweiligen Therapieeinheit über einen Zeitraum von 20 bis 30 Minuten genutzt, wobei je nach den Bedürfnissen der Patienten kurze Pausen eingelegt wurden. Das korrekte Sitzen und Bewegen wurde zu Beginn auf dem Gerät erarbeitet, um die nötige Sicherheit für das spätere Gleichgewichts- und Haltungstraining zu gewährleisten.

Die Arbeit mit dem BALIMO in der neurologischen Reha fußt auf drei Schwerpunkten:

1. **Verbesserung der Rumpfsymmetrie und die damit verbundene Fähigkeit, die Körpermitte zu finden:** Durch eine häufig einseitige Betonung der Erkrankung ist die Symmetrie des Rumpfes bei nahezu allen Patienten gestört. Ursachen sind Störungen der Nervenfunktion mit Minderung oder Ausfall des Empfindens und der Muskelkraft, oder Schmerzen und damit verbundene Schon- und Fehlhaltungen.
2. **Verbesserte Gleichgewichtskontrolle:** Je nach Aufgabenstellung variieren die Anforderungen an das Nervensystem, den Körper in der Mitte auszubalancieren.
3. **Verbesserte Haltung:** Je höher die Anforderungen an das Gleichgewicht sind, desto stärker ist die Wirkung auf eine verbesserte Aufrichtung, da diese zum Erhalt des Gleichgewichts notwendig ist.

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Praxisbericht von Wiebke Kümper, Physiotherapeutin am Alfried Krupp Zentrum für Medizin und Rehabilitation

Durch die Freiheitsgrade, die der BALIMO bietet, kann der Patient seine vollen Bewegungsmöglichkeiten ausschöpfen. Er erhält die Möglichkeit, seine Freiräume in allen Ebenen zu erfahren und sich mit der Mobilität des BALIMO auseinander zu setzen. Bewegungen mit dem Bewegungsstuhl laufen durch den gesamten Körper hindurch. Durch das Engerstellen der Füße wird es für den Patienten schwerer, sich über seine Körpermitte auszubalancieren. So erarbeitet er sich zunehmend ein gutes Gefühl für seine Körpermitte.

Das Einsatzgebiet des BALIMO sieht Wiebke Kümper auch im häuslichen und beruflichen Umfeld der Patienten unter der Voraussetzung einer guten Einweisung und dem Erstellen eines Übungsplanes. Durch selbständiges und regelmäßiges Üben wird eine bessere Kontrolle der Haltung und der Beweglichkeit erzielt. Unter spezieller Anleitung werden positive Effekte auf die Blasenfunktion erreicht.

Alfried Krupp Krankenhaus

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Erfahrungsbericht von Roland Kohnen, Physiotherapeut der Reha Kupferdreh

Roland Kohnen, Physiotherapeut der Reha Kupferdreh, Zentrum für ambulante Rehabilitation, Physio- und Ergotherapie, Orthopädie und Prävention, Essen, setzt BALIMO in der Trainingstherapie ein.

Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Stabilisierung und Mobilisation der Lendenwirbelsäule und des Darm-Kreuzbeingelenkes. Dabei kommt der axial gelagerten Sitzfläche des BALIMO eine besondere Bedeutung zu. Der Trainierende sitzt in verlängerter Achse der Wirbelsäule mit der frei beweglichen Sitzfläche auf der Achse des Gerätes. Dies dient der Mobilisation der Lendenwirbelsäulenregion durch Beugung, Streckung und Seitwärts-beugung der Lendenwirbelsäule.

In verschiedenen Übungen stabilisieren die Trainierenden die Sitzhaltung zur Kräftigung auch der tiefen Wirbelsäulenmuskulatur. Zum Einsatz kommt BALIMO außerdem als Ergänzung in Übungen mit Seilzugtürmen und dem Thera-Band. Da durch den Stuhl eine instabile Sitzposition provoziert wird, bewirkt er bei den Trainierenden eine stabilisierende Sitzhaltung. Hier zeigt sich aufgrund der aufrechten Sitzhaltung eine sekundäre Wirkung auf die Brust- und Halswirbelsäule.

Durch seine Vielseitigkeit ist BALIMO eine echte Alternative zum Pezziball und anderem statischen Sitzmobiliar. Er ist dadurch sehr gut in der Wirbelsäulengymnastik einsetzbar. Er wird von unseren Kunden sehr gut angenommen und wir arbeiten gerne mit BALIMO.

reha kupferdreh

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Erfahrungsbericht von Marita Schmickler, Leiterin der Physikalischen Abteilung des Maria-Hilf-Krankenhauses

Die Physikalische Abteilung des Maria-Hilf-Krankenhauses Bergheim hat BALIMO in die therapeutische Arbeit einbezogen. Sehr positiv ist uns dabei die große Bandbreite an Einsatzmöglichkeiten bei den verschiedensten Krankheitsbildern aufgefallen. Eingesetzt wurde BALIMO in folgenden Fällen:

- Starke Schmerzen im gesamten Wirbelsäulenbereich
- Bewegungseinschränkungen im Wirbelsäulen– oder Beckenbereich
- Mangelndes Bewegungsgefühl und/oder Stabilitätsprobleme
- Probleme in der Lendenwirbelsäulenregion
- Wirbelgleiten, Carpaltunnelsyndrom und Osteoporose
- Bandscheibenvorfälle in akuten und chronischen Phasen
- Mangelnde posturale Kontrolle
- Bewegungseinschränkungen, Schmerzen, Schwellungen im Rahmen von Fuß- und Handgelenksbeschwerden
- Ältere Achillessehnenverletzungen
- Mangelnde Aufrichtung
- Beckenbodengymnastik

Neben dieser Vielfältigkeit im Einsatz bei der Therapie ist BALIMO hervorragend in der Diagnose einsetzbar. Sehr schnell und leicht lassen sich Bewegungseinschränkungen, Balance-, Stabilitäts- und Haltungsproblemen erkennen und befunden.

Ausschlaggebend ist hierbei sicher die dreidimensionale frei bewegliche Sitzfläche in ihrer zentrierten Lagerung, sowie der stabile Stand des Stuhls. Das vermittelt dem Patienten ein sicheres Gefühl, sowohl bei der Diagnose, als auch in der Therapie. Störende Nebeneffekte treten nicht auf.

Die Akzeptanz bei den Patienten ist dementsprechend außerordentlich hoch. BALIMO ist mittlerweile fester Bestandteil unserer therapeutischen Arbeit.

MHK
Maria-Hilf-Krankenhaus

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Erfahrungsbericht von Regine Jahn,
Fachärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren

Regine Jahn nutzt den BALIMO sowohl für sich selbst, als auch für ihre Patienten in ihrer allgemeinmedizinischen Arztpraxis in Düsseldorf.

Mithilfe von BALIMO habe ich meinen Patienten verdeutlichen können, wie notwendig ein gezieltes Training bei mangelhaft ausgebildeter Rückenmuskulatur ist.

Insbesondere bei Patienten einer allgemeinmedizinischen Praxis mit

- rezidivierender Lumbago (sogenannter Hexenschuss)
- pseudoradikulärem Lumbalsyndrom
- Instabilität bzw. Inbalance der Rückenmuskulatur
- mangelhaftem Beckenbodentonus

gehören meines Erachtens zu der Patientengruppe, die am meisten von der Benutzung des BALIMO profitieren können.

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Erfahrungsbericht von Markus Weber, Inhaber der Praxis Physiotherapie am Berg

Markus Weber und seine Mitarbeiter arbeiten in ihrer Praxis Physiotherapie am Berg in Velbert mit BALIMO.

Von Anfang an erregte BALIMO großes Interesse bei unseren Patienten und wurde sogleich vielfach ausprobiert. Nach einer gewissen Eingewöhnungsphase waren alle Personen von den Möglichkeiten des BALIMO begeistert. Wir setzen den BALIMO regelmäßig in der Therapie ein. Dabei sind die Einsatzmöglichkeiten des Stuhles in unserer Praxis breit gefächert:

In der Orthopädie hat sich BALIMO bei vielen Patienten mit Problemen der Wirbelsäule, insbesondere bei Krankheitsbildern der Lendenwirbelsäulen (LWS)- und Halswirbelsäulen (HWS)-Region bewährt.

Bei LWS-Patienten hilft er vor allem bei der Mobilisation der betroffenen und oft in ihrer Beweglichkeit stark eingeschränkten Strukturen. Auch eignet er sich hervorragend bei Übungen aus dem Bereich der rhythmischen Stabilisation. Hier erfährt die Gruppe der tiefen Rückenmuskulatur eine gezielte dreidimensionale Ansteuerung. Man unterstützt und erinnert diese Muskelgruppe an ihre Aufgabe, nämlich die Sicherung und Stabilisierung der Wirbelsäule. Die HWS-Patienten erfahren durch das regelmäßige Üben auf BALIMO eine physiologischere Haltung der kompletten Wirbelsäule und entlasten dadurch ihren Schulter-Nacken-Bereich nachhaltig.

Auch unser Beckenbodentraining hat durch BALIMO einen neuen Schub erhalten und eröffnet uns genauere und effizientere Möglichkeiten bei der Stimulation und Kräftigung dieser sensiblen Region. Das positive Feedback bei den Patienten war hier sehr hoch.

Nachdem wir reichlich Erfahrungen im Bereich der Wirbelsäule gemacht hatten, kam BALIMO auch in der neurologischen Therapie zum Einsatz. Sicherlich ist das Heranführen an das neuartige Trainingsgerät für diese Patientengruppe zuerst eine Herausforderung. Nachdem diese Hürde aber überwunden war, bot BALIMO uns gerade bei diesen Patienten die Möglichkeit variantenreicher zu therapieren. In Verbindung mit den altbewährten Neurologie-Behandlungstechniken, wie beispielsweise PNF oder Bobath, konnten Defizite des Gleichgewichtssinnes und der Körperwahrnehmung intensiv geübt werden. Eine verbesserte Anbahnung der Muskelketten war zum Teil deutlich sichtbar.

physiotherapie am berg

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Erfahrungsbericht von Anke Frantzen, Physiotherapeutin aus Barnstedt

Als Physiotherapeutin bin ich ganz begeistert von BALIMO.

Er dient mir bei meiner Arbeit zur Diagnostik. Auf einfache Art und Weise kann ich Menschen in ihrem Gleichgewicht beobachten und mir ein Bild ihrer Bewegungsketten verschaffen.

Der Bewegungsstuhl ermuntert zum spielerischen Ausprobieren, was ich sofort therapeutisch nutzen kann. Des Weiteren eignet er sich als Therapiegerät, um differenzierte Bewegungsabläufe und eine Wahrnehmung dafür zu erarbeiten, beispielsweise für weiterlaufende Bewegungen im Bereich der Wirbelsäule.

In meiner Arbeit mit der Cranio-Sacral Therapie, wo es in erster Linie um innere Bewegung geht, ist BALIMO ein gutes Mittel diese Bewegungsqualität zu veranschaulichen.

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Erfahrungsbericht über den BALIMO-Einsatz bei NSG-Pilkington im Werk Gladbeck

Ein wesentlicher Baustein des Gesundheitsmanagements bei NSG-Pilkington ist seit 2007 das Projekt „Pilkington Aktiv“. Neben der Arbeitsplatzanalyse und -beratung und einer arbeitsplatzbezogenen Rückenschule gehört auch eine Aktivpause zum Programm. Das heißt, nach entsprechender Schulung erhalten die Mitarbeiter täglich zehn Minuten lang die Möglichkeit, entlastende und die Beweglichkeit fördernde Übungen zu machen.

Im Rahmen weiterer Präventivmaßnahmen wird seit September 2008 der „Balimo“ im Bereich der Glaserzeugung im Werk Gladbeck eingesetzt. In der Glaserzeugung wird in vollkontinuierlicher Arbeitsweise gearbeitet, was heißt, dass die Arbeitsplätze 24 Stunden besetzt sein müssen. Da der Glasherstellungsprozess ständig überwacht werden muss, handelt es sich bei den Arbeitsplätzen in den Steuerungswarten um eine überwiegend beobachtende und sitzende Tätigkeit.

Nachdem uns der „Balimo“ und seine Funktionsweise vorgestellt wurde, sind wir zu dem Schluss gekommen, dass dieser eine gute Möglichkeit bietet, sich zwischendurch zu bewegen, die Muskulatur an der Wirbelsäule zu stärken und die Konzentrationsfähigkeit anzuregen. Zunächst haben wir den „Balimo“ im administrativen Bereich der Glaserzeugung und anderen Teilbereichen erprobt, wo er als Alternative zum normalen Bürostuhl genutzt wird. Die Resonanz war und ist sehr positiv. Mitte 2008 entschlossen wir uns daher, auch unseren Mitarbeitern für Tätigkeiten in den Steuerungswarten diesen Stuhl als alternative Sitzmöglichkeit zur Verfügung zu stellen.

Anhand einer Wirbelsäulenmessung mit der so genannten „Medimouse“ erfasste die im Rahmen von „Pilkington Aktiv“ beratend eingesetzte Physiotherapeutin, Sabine Neumann, die Beweglichkeit der Mitarbeiter. Anschließend hat sie jeden einzelnen in der Handhabung des Stuhls unterwiesen und ihm individuelle Übungen gezeigt. Seitdem nutzen 52 % der geschulten Mitarbeiter den „Balimo“, um während der Arbeitszeit Übungen zu machen. Gut 20 Prozent nutzen ihn einfach zum Sitzen, 18 Prozent für beides. Nach den ersten Muskelkater-Erfahrungen verbringen die meisten bis zu 15 Minuten auf dem „Bewegungstrainer“.

Abschließend ist zu sagen, dass wir dieses Instrument weiterhin nutzen wollen, es in Verbindung mit unserem Programm „Pilkington Aktiv“ zu kombinieren, um die Gesundheit unserer Mitarbeiter weitest möglichst zu erhalten.

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Erfahrungsbericht über den BALIMO-Einsatz bei NSG-Pilkington im Werk Gladbeck

Bewertung der Physiotherapeutin:

Werden die Mitarbeiter in der Steuerungswarte eingesetzt, sitzen sie überwiegend vor den Bildschirmen, beobachten die Prozessabläufe und müssen ggf. eingreifen und Prozessanpassungen vornehmen.
Diese Tätigkeit birgt mehrere Risiken: Es ist einerseits ermüdend für den Halteapparat, aber auch anstrengend für die Konzentration. Über einen längeren Zeitraum hält auch niemand eine wirklich aufrechte Position. Dadurch kann es neben den Muskel- und Skelettbelastungen auch zu Einschränkungen in der Sauerstoffaufnahme und dem Stoffwechsel kommen. Man versucht zwar durch Jobrotation einen Ausgleich zu schaffen, trotzdem kann dies kombiniert mit der Schichtarbeit zu einer Abschwächung des Immunsystems führen. Dazu kommt, dass es immer wieder Situationen gibt, in denen rasch gehandelt werden muss. Auf eine derartige Aktivität ist der Körper dann ggf. nicht eingestellt und erhöht somit das Risiko, Mikrotraumen auszulösen.

Umso wichtiger ist es, den Mitarbeitern während ihrer Tätigkeit eine Möglichkeit zu bieten, in Bewegung zu kommen. Mit dem Balimo ist das in einem ersten Schritt gelungen. Die Übungen darauf entlasten bei mindestens einmal täglicher Anwendung die Wirbelsäule und fördern deren Beweglichkeit. Selbst wenn die Mitarbeiter nur darauf sitzen, aktivieren sie unbewusst die tiefen Muskelschichten. Ganz abgesehen davon, dass die Mehrdurchblutung im Körper auch zu einer verbesserten Konzentration beiträgt.

Bei einer ersten (anonymen) Befragung konnten zwar noch keine umfassenden Aussagen über Verbesserungen gemacht werden, doch gibt es durchaus den einen oder anderen Fall, dessen Probleme sich verbessert haben. Manch andere berichten, dass sie sich insgesamt aktiver fühlen. Der hohe Anteil an aktiven „Balimonutzern“ zeigt aber auch, dass der Stuhl von den Mitarbeitern als Bewegungsunterstützung akzeptiert wurde und eine erste Sensibilisierung zum Thema Bewegung am Arbeitsplatz erfolgreich erreicht wurde.

PILKINGTON
NSG Group Flat Glass Business

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Erfahrungsbericht von Ergotherapeutin Ursula Vogel von der Stephen-Hawking-Schule, Neckargemünd

Von September bis Januar 2009 stand uns der Balimo-Stuhl zum Testen zur Verfügung. Wir haben ihn vielfältig in unserer Beratungstelle als eine der ergonomischen Sitzhilfen eingesetzt. Die Erfahrungen im Einzelnen waren:

- Es gibt keinen vergleichbaren Sitz, der mit seiner Einpunktlagerung eine umfassende Mobilisation und Stimulation der statischen und dynamischen Funktionen der gesamten Körpermuskulatur und des Haltungs- und Bewegungsapparates unterstützt.
- Es ist möglich, das gesamte Bewegungsausmaß auszuschöpfen bei gleichzeitiger stabiler Sitzposition .
- Im Gegensatz zu Div. Kissen und Sitzbällen ist die Position klar unterstützt und kann selektiv angesteuert werden. So kann ich gezielt kleinste Bewegungsdifizite erfahren und gezielt trainieren und in den Bewegungsablauf integrieren, ohne die Sitzebene zu verlassen.
- Die Sitzposition auf dem Balimo ermöglicht eine selbstgesteuerte Haltungskorrektur selbst dann, wo dynamische Sitzhilfen noch Fehlhaltungen zulassen.
  (dies ist besonders bei der Kopfhaltung deutlich)
- Konkret eingesetzt wurde der Balimo beim Aufarbeiten eines Streckdefizites nach Hüft-OP nach McMinn, wobei gezielt der M. pectineus angesprochen werden konnte und sich eine vollkommene Kompensation des Defizites einstellte.
- Bei den kognitiv therapeutischen Übungen nach Perfetti, die bei traumatischen Hemiplegien angewandt werden ermöglicht der BALIMO ein graduell selektives Ansprechen von kontrollierten Bewegungssteuerungen, die mit keinem der bisherigen therapeutischen Hilfsmittel (Sitzwippe, Brettwaage) möglich sind.
- Durch das Einbeziehen der Höhenverstellung sind vielfältige Haltungen möglich, selbst ein ganztägiges Sitzen während der Arbeit am PC wird nicht als anstrengend empfunden.
- Der Stuhl wurde auch in der schulinternen AG Therapeutisches Reiten eingesetzt. Leider nicht im direkten Einsatz im Wechsel mit dem Pferd (Reitplatz war witterungsbedingt nicht benutzbar) sondern in zwei Theoriestunden.
- Thema war die Bewegungsanpassung in den verschiedenen Gangarten. Den Schülern wurde sehr anschaulich und spürbar die Zusammenhänge von Pferdebewegung und eigenen Verspannungen und Asymmetrien bewusst.
  Eine super Ergänzung zum Reitunterricht!

SRH STEPHEN-HAWKING-SCHULE

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Original-Statements von Sportlern und Ausbildern, die BALIMO nutzen

„Der BALIMO ist aus meinem Trainingsalltag nicht mehr wegzudenken. Ich habe drei BALIMO im Einsatz: einen am Schreibtisch, einen in der Stallgasse und einen in der Reithalle. Zum Turnier nehme ich immer einen mit. Dadurch, dass BALIMO Bestandteil meines täglichen Lebens ist, hat sich meine Beweglichkeit deutlich verbessert. Verspannungen und auftretende Sitzprobleme kann ich mit Hilfe von BALIMO lösen."

Heike Kemmer, Deutsche Meisterin, Olympiasiegerin und Weltmeisterin Dressur.

„Durch meine Arthrose im Lendenwirbelbereich sind Besuche beim Chiropraktiker unumgänglich gewesen. Seit dem ich regelmäßig mit dem BALIMO trainiere bin ich weitestgehend schmerzfrei und die positiven Eigenschaften des beweglichen Beckens spüre ich vom Kopf bis zum Fuß. Im Vergleich zu den Kosten eines Chiropraktikers ist der BALIMO eine echte Alternative. Ich benutze den Balimo aber auch bei meinen praktischen und theoretischen Lehrgängen. Der Sitz des Reiters stellt die Kommunikationszentrale zum Pferd dar. Hier hilft der BALIMO ein blockiertes Becken zu lösen und damit die Kommunikation zwischen Reiter und Pferd zu verbessern."

Karla Spiritus, Dressurausbilderin bis Klasse S, Trägerin des goldenen Reitabzeichen

„Seitdem ich den BALIMO für mein Training einsetze, hat sich die Haltung und Drehung meiner Schüler im Rückenbereich deutlich verbessert. Bereits nach mehrmaliger Benutzung des Stuhls war für mich deutlich sichtbar, dass nicht nur Menschen mit Rücken-beschwerden, sondern auch beschwerdenfreie Schüler einen verbesserten Haltungs- und Bewegungsablauf angenommen hatten. Es wurden auch größere Weiten beim Abschlag erzielt. Ich kann diesen Stuhl speziell für Golfer, aber auch andere Sportler und Nichtsportler bestens empfehlen."

Dawie Stander, Golflehrer, Golfclub Hubbelrath

„Ein wichtiger Aspekt von BALIMO ist, dass er die Wechselwirkung von Agonist und Antagonist stimuliert. An der Bewegung auf der dreidimensional frei beweglichen Sitzfläche des BALIMO sind die korrespondierenden Körperregionen wechselseitig beteiligt. Das trainiert und balanciert den Körper ganzheitlich."

Prof. Dr. K. Strasser, Ehem. Leitender Arzt für Anästhesie, Intensivmedizin und Schmerztherapie

„Ich benutze den BALIMO selbst und vor allem gerne auf Lehrgängen. Die Teilnehmer üben vor, während und nach dem Reiten auf dem Stuhl. Eine deutliche Verbesserung bemerken die Reiter z.B. bei der Lösung von Traversal-, Seitengang- oder Angaloppierproblemen. Der BALIMO gibt dem Sportler ein verbessertes Gespür für sein Becken und damit für den gesamten Körper."

Rick Klaassen, Ehem. Nationaltrainer der holländischen Dressurreiter

ADVINOVA-Information
Expertenmeinungen zu BALIMO

Original-Statements von Sportlern und Ausbildern, die BALIMO nutzen

„Ich halte den BALIMO für ein hervorragendes Hilfsmittel, um bei Reitschülern, egal ob Jung oder Alt, den motorischen und sportlichen Defiziten der Menschen entgegen zu wirken. Gerade der Einsatz vor dem Reiten, sozusagen als Aufwärmgerät hat sich äußerst bewährt."

Hanno Vreden, Leiter der Landes-Reit– und Fahrschule Rheinland

„Passend zu meinem Konzept „Reiten mit Verstand und Gefühl", halte ich den Bewegungsstuhl BALIMO für eine überaus gelungene Möglichkeit, Reitern mehr Beweglichkeit und ein besseres Bewegungsgefühl zu vermitteln. Viele Reiter haben kaum eine Vorstellung davon, wie sie über ihren Sitz dem Pferd ein gutes Gefühl vermitteln und mit ihrem Becken positiven Einfluss nehmen können. Sie haben die entsprechenden Bewegungsabläufe noch nicht erlebt und erfühlt. Mit dem BALIMO lernen sie, ihr Becken richtig zu steuern und damit ihre Einwirkung auf das Pferd deutlich zu verbessern.
Einige meiner Schüler haben ihren BALIMO sogar am Schreibtisch stehen, um ihre Sitzposition und Beweglichkeit zu verbessern.
Für mich selbst ist es überaus erholsam, mich in Pausen zwischen Unterrichtseinheiten, in denen ich stundenlang in der Bahn stehe, auf dem BALIMO in meiner Mittelpositur wieder zu mobilisieren"

Michael Putz, ehem. Leiter der Westfälischen Reit- und Fahrschule in Münster/ Westfalen, Fachautor, Träger des Goldenen Reitabzeichens

„Der BALIMO leistet bei mir gute Dienste, sowohl im Büroalltag als auch bei meinen Seminaren. Ich verbringe die Zeit am Schreibtisch ausschließlich auf dem BALIMO, wenn ich schier im Schreibkram umkomme, denn es ist mittlerweile mein einziger Bürostuhl. Wenn der PC gerade mal wieder länger braucht an den Start zu kommen, ärgert es mich nicht: ich fülle die Wartezeit mit Bewegungsübungen.

Auch im reiterlichen Bereich ist der BALIMO eine gute Vorbereitung für das Training. Die für das Bewegungsgefühl so wichtige Mittelpositur des Reiters wird trainiert, um so ein optimales Mitgehen im Bewegungsablauf des Pferdes zu gewährleisten. Die Hilfengebung kann auf dem BALIMO mit ‚Trockenübungen' geübt und gefühlt werden und der Reiter kann diese Bewegungen dann auf dem Pferd in die Praxis umsetzen.

Wegen seiner vielseitigen Einsatzmöglichkeiten finde ich den BALIMO sehr gut. Daher kann ich ihn nur jedem (auch Nichtreiter) empfehlen."

Bea Borelle, Reitlehrerin der Schule der Légèreté, Sozialpädagogin