

# Gute Einstellung!

Moderne Bürodrehstühle sollten nicht nur eine ansprechende Optik bieten, sondern sich auch individuell – und vor allem einfach – an den „Besitzer“ anpassen. Bestehen die Bürostuhlmodelle sona und sonatec der Fröscher GmbH den Test durch die FACTS-Redakteure?



**FACTS**  
URTEIL  
sehr gut  
10/2015



sona und ...

... sonatec

**E**s lässt sich nicht beschönigen: Heute verbringen die meisten Menschen mehr Zeit im Sitzen als im Stehen oder in Bewegung – zunächst bei der Arbeit, anschließend zu Hause am Schreibtisch oder auf der Couch. Dass der Markt mittlerweile eine große Anzahl an (Dreh-)Stühlen bereithält, die während der Arbeitszeit für mehr Bewegung sorgen und den Menschen gesund halten sollen, ist nichts Neues. Vor allem die Synchronverstellung in Drehstühlen gehört zu den hilfreichsten Funktionen, um Bewegung in langes Sitzen zu bringen, Fehlhaltungen zu korrigieren und den Rücken zu entlasten. Genauso wichtig sind individuelle Einstellmöglichkeiten, die einen Bürostuhl erst zum persönlichen Alltagsbegleiter machen.

FACTS hat sich deshalb zwei Stühle für einen Test herausgepickt, die laut Hersteller genau das bieten sollen: Es handelt sich dabei um die

Modelle sona und sonatec der Fröscher GmbH, die sich optisch sehr ähnlich sehen, sich allerdings in einigen Verstellmöglichkeiten etwas voneinander unterscheiden.

## ANSCHAULICH ERLÄUTERT

Über eine arretierbare Synchronverstellung verfügen beide Teststühle; der sonatec lässt sich hier in drei Stufen verstellen, der sona sogar in sieben und gewährleistet dadurch in jeder Sitzposition die bestmögliche Unterstützung. Durch eine einfache Hebelbewegung kann die Mechanik bei Bedarf auch komplett ausge-

schaltet werden. Der gewünschte Gegendruck kann dabei individuell an das jeweilige Körpergewicht angepasst werden. Die Einstellungen sind sehr einfach vorzunehmen, und im Test fanden Personen unterschiedlicher Größe und unterschiedlichen Gewichts ihre „perfekte“ Einstellung – einige intuitiv, andere unter Zuhilfenahme der anschaulichen Bedienungsanleitung. Hier fanden die Testpersonen sogar kurze Erläuterungen zu dem Nutzen beziehungsweise zu den Auswirkungen auf den Körper durch die jeweiligen Einstellungen.

Um die optimale Sitzposition zu finden, hat auch die Möglichkeit zur Verstellung der Sitztiefe eine beigesteuerte, die sich verstellen lässt (beim sonatec um 60 Millimeter, beim sona um 100 Millimeter), um Personen mit kleinerer sowie mit großer Schenkellaufhöhe gleichermaßen gerecht zu werden. Für einen größeren Abstand zwischen dem Oberkörper und den Bei-



**DURCHDACHT:** Im unteren Teil der Rückenlehne – und nicht wie bei den meisten Stühlen außen an der Rückenlehne – befindet sich eine Möglichkeit zur Verstellung der Rückenlehnenhöhe.



**KOMFORTABEL:** Alle wichtigen Einstellungsmöglichkeiten auf der Unterseite der Sitzfläche sind mit der Hand zu erreichen und lassen sich entsprechend schnell und unkompliziert bedienen.



**FLEXIBEL:** Beim Modell sonatec lassen sich die Armlehnen nach vorne und hinten verstellen.

nen, was den gesamten Körper entlasten soll, sorgt die Sitzneigeeinstellung (um drei Grad verstellbar), die vor allem die leichteren Redakteure sogar aus dem Sitzen heraus bedienen konnten, andere mussten aufstehen, um den Hebel zu betätigen und den Sitz anzuheben beziehungsweise zu senken. Die allgemeine Meinung nach mehreren Stunden Sitzen: Die Beine fühlen sich entlastet an und auch die Atmung fällt merklich leichter – vermutlich, da das Zwerchfell in der angepassten Sitzhaltung mehr Raum hat. Die eingebaute SCHUKRA-Bandscheibenstütze tat ihr Übriges.

Dadurch, dass der Stoff auf der Sitzfläche und der Rückenlehne eine leicht raue Struktur aufweist, blieben alle Testpersonen bei jeder Sitzeinstellung fest „im Sattel“ und rutschten nicht ab, was ein sicheres Sitzgefühl ergab.

Eine schöne Lösung – aus Sicht der FACTS-Testpersonen – ist die Möglichkeit zur Verstellung der Rückenlehnenhöhe. Diese befindet sich nicht wie bei den meisten Stühlen außen an der Rückenlehne, sondern ist beim sona und sonatec innen im unteren Rückenteil. Durch leichtes Drücken der Taste im Sitzen lässt sich die Lehne ganz einfach um bis zu 80 Millimeter nach oben beziehungsweise unten verstellen und erfordert damit nicht unbedingt ein Extra-Aufstehen. Somit lassen sich die wichtigsten Einstellungen aus dem Sitzen heraus vornehmen, was sich als sehr praktisch und bequem erwiesen hat.

### DIE FREIE WAHL

Die beiden Testmodelle weisen unterschiedliche Armlehnenausführungen auf. Beim sonatec lassen sich die Lehnen in der Breite mittels eines Exzenterhebels stufenlos verstellen – beim sona sind die Lehnen fest verschraubt und damit weniger flexibel. Beide Modelle sind optional mit 2D- oder 3D-Armlehnenvarianten lieferbar.

An der Verarbeitung der einzelnen Komponenten gibt es nichts auszusetzen: Es sind keine scharfen Kanten vorhanden, der Stuhl macht einen äußerst stabilen Eindruck und der Stoff um die Polsterung ist perfekt vernäht. Durch die markante Rückenspanne aus poliertem Aluminium (beim sona) oder aus

schwarzem Kunststoff (sonatec), die die scheinbar frei schwebende Rückenlehne an die Sitzschale bindet, heben sich die Modelle aus der Masse hervor.

Beide Stühle eignen sich ganz klar auch für den Einsatz beispielsweise in Callcentern, wo sich mehrere Personen den Arbeitsplatz teilen, aber auch in Großraumbüros, die teilweise keine fest zugewiesenen Plätze mehr haben. Im Test ist der sona dem sonatec eine halbe Nasenlänge voraus, aber nur aufgrund der etwas größeren Bandbreite einiger Einstellungen sowie aufgrund der höheren Wertigkeit der verwendeten Materialien.

Anna Sieradzki ■

### FAZIT

Zwei Bürodrehstühle, die alles haben und alles können, was heutzutage ein „Muss“ ist. Beide Modelle lassen sich einfach einstellen und sind gut für Personen unterschiedlicher Größe und unterschiedlichen Gewichts geeignet. Der Grad der Einstellmöglichkeiten ist beim sona etwas höher als beim sonatec.

**Produkt:** sona, sonatec  
**Beschreibung:** Bürodrehstuhl  
**Anbieter:** Fröscher GmbH & Co.KG  
**Preis:** sonatec mit Armlehnen ab 682,00 € exkl. MwSt.; sona mit Armlehnen ab 862,00 € exkl. MwSt.  
**Kontakt:** www.froescher.com

### BEURTEILUNG

<b>Funktionalität:</b>	★★★★★★
<b>Ergonomie:</b>	★★★★★★
<b>Flexibilität:</b>	★★★★★★
<b>Design:</b>	★★★★★
<b>Gesamtergebnis:</b>	sehr gut

