

**JobOut**<sup>®</sup>  
SIMPLY FEEL BETTER



# MANGE GODE GRUNDE TIL EN JOBOUT

JobOut er et nyt sundhedskoncept, som er tilpasset arbejdspladser, så de kan øge medarbejdernes sundhed og trivsel på jobbet. Konceptet hjælper medarbejderen til at bryde de monotone og stillesiddende arbejdsstillinger på en sjov og effektiv måde.

En stor årsag til arbejdsskader og træthed på jobbet skyldes ensidig arbejdsbelastning og for meget stillesiddende arbejde. I løbet af arbejdsdagen anbefales energipauser, skiftende arbejdsstillinger og aktivering af kropsholdning, balance og styrke.

JobOuts produkter og øvelser er udviklet i tæt samarbejde med autoriserede fysioterapeuter, personlige trænere, ergoterapeuter og massører.

## JobOut App

I appen får du gratis adgang til film, instruktioner og tips. Du kan vælge instruktioner efter, hvilket redskab eller hvilket område du vil arbejde med.

Du kan nemt indstille daglige påmindelser, følge din statistik og konkurrere mod dig selv eller mod dine kollegaer. Og husk, en JobOut om dagen er bedre end ingen!



# HVAD ER JOBOUT?

- ✓ Lettilgængelige og enkle produkter af høj kvalitet, som alle kan anvende
- ✓ Øvelser og redskaber udviklet med hjælp fra eksperter
- ✓ Motivation til simple energipauser og en mere aktiv arbejdsdag
- ✓ Et trygt og sikkert koncept for sundere arbejdspladser
- ✓ Produkter, som giver siddende og stående aktivitet
- ✓ App med mængder af muligheder



## Giver energi

Forbrændingen stiger, muskelspændinger løsnes, og blodcirkulationen kommer i gang. Du får mere energi, fokuserer bedre og øger din kreativitet. Altid lige ved hånden på arbejdet.



## Forebygger

Monotone arbejdsgange og statiske arbejdsstillinger er en væsentlig årsag til arbejdsskader. De er også almindelige årsager til fravær på jobbet, som påvirker både arbejdstagere og arbejdsgivere. JobOut giver dig et mere aktivt liv.



## Genoptræning

JobOut giver en tryk og sikker genoptræning til dig, som oplever smerter og stivhed i kroppen. Redskaber og øvelser er designet til at hjælpe dig med at opnå den bedst mulige effekt.





### JOBOUT STÅMÅTTE DESIGN, RUND

Art. 931622 00, Lysegrå

Art. 931623 00, Mørkegrå

- Aflaster ryg, ben og fødder
- Slidstærk og let at bruge
- Stående arbejde øger forbrændingen

JobOut Ståmåtte Design Rund er en ergonomisk ståmåtte, som aflaster kroppen ved stående arbejde og fordeler belastningen mellem fødderne. Øger blodcirkulationen og forbrændingen samt mindsker trykket på rygsøjle og fødder. Slidstærkt filtmaterial med strop i ægte læder.

Mål: Ø 67 x 2 cm.

Materiale: Filtstof, PU, PVC, SBR og læder.

## AKTIVT STÅENDE

Ved at stå op nogle timer hver dag øges forbrændingen, energiniveaueu og blodcirkulationen i hele kroppen. Du får desuden en bedre holdning og balance. JobOut vil bidrage til en øget sundhed på arbejdspladsen og har derfor udviklet anderledes, funktionelle produkter, som skal lette og motivere medarbejdere til at være aktivt stående i løbet af arbejdsdagen.



### JOBOUT STÅMÅTTE DESIGN

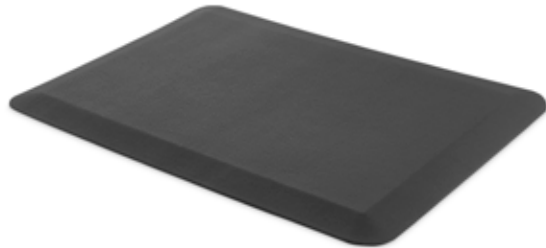
Art. 931624 00, Lysegrå  
Art. 931625 00, Mørkegrå

- Aflaster ryg, ben og fødder
- Slidstærk og let at bruge
- Stående arbejde øger forbrændingen

JobOut Ståmåtte Design er en ergonomisk ståmåtte, som aflaster kroppen ved stående arbejde og fordeler belastningen mellem fødderne. Øger blodcirkulationen og forbrændingen samt mindsker trykket på rygsøjle og fødder. Slidstærkt filtmaterial med strop i ægte læder.

Mål: 72 x 52 x 2 cm.

Materiale: Filtstof, PU, PVC, SBR og læder.



### JOBOUT STÅMÅTTE KLASSISK

Art. 931626 00

- Aflaster ryg, ben og fødder
- Slidstærk og let at bruge
- Stående arbejde øger forbrændingen

JobOut Ståmåtte Klassisk er en ergonomisk ståmåtte, som aflaster kroppen ved stående arbejde og fordeler belastningen på fødder, hofter og knæ. Ved anvendelse øges blodcirkulationen og forbrændingen, samtidigt med at trykket på rygsøjlen og fødder mindskes.

Mål: 72 x 51 x 2 cm.

Materiale: PU og PVC.



### JOBOUT STÅMÅTTE

Art. 931617 00

- Aflaster ryg, ben og fødder
- Slidstærk og let at bruge
- Stående arbejde øger forbrændingen

JobOut ergonomisk ståmåtte aflaster kroppen ved stående arbejde og fordeler belastningen på fødder, hofter og knæ. En stående position øger både blodcirkulationen og forbrændingen, samtidigt med at belastningen på rygsøjlen og fødder mindskes. Stil stolen til side og gør plads til ståmåtten.

Mål: 75 x 50 x 1,8 cm.

Materiale: EVA, PVC og gummi.



### JOBOUT STÅMÅTTE BALANCE

Art. 931628 00

- Giver en dynamisk og aktiv ståposition
- Forbedrer balance og koordination
- Stående arbejde øger forbrændingen

JobOut Ståmåtte Balance er blød, bøjelig og tilpasser sig efter dine fødder. Ståmåttens blødhed gør, at fødderne synker ned i måtten og får en mere dynamisk og ubalanceret ståposition. Ved anvendelse aktiveres små muskler i fødderne, hvilket bidrager til en øget balance og koordination. Balancemåtten har et aftageligt stofovertræk, som kan maskinvaskes.

Mål: 46 x 46 x 6 cm.

Materiale: Polyester.





### JOBOUT STÅMÅTTE MASSAGE

Art. 931627 00

- Mindsker stress
- Stimulerer nerver og afslapper kroppen
- Øger energiniveaue

JobOut Ståmåtte Massage trykker og masserer på specifikke dele af fødderne, ligesom zoneterapi, hvilket giver energi og stimulering til hele kroppen. Efter nogen minutters brug øges blodcirkulationen, energiniveaue og stofskiftet i din krop, samtidigt med at smerte og stress mindskes.

Mål: 120 x 31 x 1,8 cm.

Mål (oprullet): Ø 16 x 31 cm.

Materiale: EVA.



### JOBOUT BALANCEPLADE

Art. 931612 00

- Øger energien
- Styrker muskulaturen
- Forbedrer balance og koordination

JobOut Balanceplade forbedrer balance og koordination samt styrker balle-muskulatur, fodled, knæ, lår og lænd. Perfekt til koncentrationstræning og giver en øget kropsbevidsthed.

Mål: Ø 41 cm.

Materiale: PP.



### JOBOUT BALANCEBRÆT MULTIFUNKTIONEL

Art. 93 1646 00

- Giver en bedre holdning
- Varier sværhedsgraden
- Stimulerer blodcirkulationen

Et multifunktionelt balancebræt, hvor du selv kan bestemme sværhedsgraden ved hjælp af de forskellige underdele. Anvendes til balancetræning eller til en mere aktiv og varieret ståstilling. En aktiv ståstilling øger blodcirkulationen, energiniveaue og forbrændingen, samtidigt med at musklerne i fodled, knæ og ryg styrkes.

Mål: 48,5 x 29 x 10 cm.

Materiale: EVA og træ.



### JOBOUT BALANCEPLADE AKTIV

Art. 931629 00

- Giver en bedre holdning
- Stå godt og varieret
- Stimulerer blodcirkulationen og forbrændingen

JobOut Balanceplade Aktiv bidrager til en aktiv og dynamisk ståstilling i løbet af arbejdsdagen. Balancepladen forbedrer både balance og koordination samt bidrager til stærkere fodled, lægge, knæ og lår. Ved anvendelse stimuleres blodcirkulationen, energiniveaue og forbrændingen. Blødheden i balancepladen gør, at den er behagelig at stå på både med og uden sko.

Mål: 60 x 39 x 11 cm.

Materiale: TPE og træ.



### JOBOUT BALANCEPLADE AKTIV EKSKLUSIV

Art. 93 1675 00

- I eksklusiv valnødfinér
- Giver en bedre holdning
- Stimulerer blodcirkulationen og forbrændingen

JobOut Balanceplade Aktiv Eksklusiv bidrager til en aktiv og dynamisk ståstilling i løbet af arbejdsdagen. Balancepladen forbedrer både balance og koordination samt bidrager til stærkere fodled, lægge, knæ og lår. Ved anvendelse stimuleres blodcirkulationen, energiniveaue og forbrændingen. Blødheden i balancepladen gør, at den er behagelig at stå på både med og uden sko. Fremstillet i eksklusivt valnødfinér. Oprindelsesland Sverige.

Mål: 60 x 39 x 9,5 cm.

Materiale: TPE og finér.



### JOBOUT PORTABELT BORD, JUSTERBART

Art. 93 1676 00

- Hæv- og sænkbart
- Nemt og enkelt at flytte
- Skandinavisk design

Let og stilrent hæve-/sænkebord, som på en fleksibel måde gør det muligt både at sidde og stå ved et bord, som ikke kan justeres i højden. Armlænet giver en bekvem aflastning for håndled og arme. Smidig og ergonomisk konstruktion med en højkvalitets luftcylinder, der gør det enkelt at justere bordet i højden. Bordpladen er fremstillet af hårdfør laminat, som er let at rengøre.

Mål: 60 x 41 x 7,5-38 cm.

Materiale: MDF, stål, nylon og ABS-plast.



Sammenklappet portabelt bord.





## AKTIVT SIDDEUNDERLAG

Et aktivt siddeunderlag i løbet af arbejdsdagen har en mængde fordele og stor positiv effekt på hele kroppen. Et aktivt siddeunderlag gør, at du sidder ret, tvinges til at strække kroppen, samt at du bevæger dig. Du aktiverer ryg- og ballemuskulaturen samtidig med, at du forbedrer din holdning, øger blodcirkulationen og forbrændingen.



### JOBOUT BALANCEBOLD DESIGN

Art. 93 1632 00 Filtstof, Lysegrå  
Art. 93 1633 00 Filtstof, Mørkegrå  
Art. 93 1641 00 Filtstof, Mørkeblå

- Aktiv sidestilling
- Styrker ballemusklerne for en bedre holdning
- Stimulerer blodcirkulationen og forbrændingen

JobOut Balancebold Design giver en aktiv siddestilling i løbet af arbejdsdagen. Balancebolden hjælper med at træne balance og koordination. Styrker balle- og sædemuskler samt aflaster ryggen. Det kræftige betræk giver en øget komfort og er blødt og rart at sidde på. Perfekt supplement til din kontorstol. Tyngden i bunden af betrækket gør, at balancebolden holder sig på plads, når den ikke anvendes. Betrækket er i filtstof (lysegrå, mørkegrå og mørkeblå). Håndpumpe medfølger.

Mål: Ø 65 cm.

Materiale: Filtstof polyester, PU, sand og balancebold i PVC.

### JOBOUT BALANCEBOLD

Art. 93 1614 00 Ø55 cm (140–165 cm)  
Art. 93 1615 00 Ø65 cm (165–185 cm)  
Art. 93 1616 00 Ø75 cm (185–195 cm)

- Aktiv sidestilling
- Styrker ballemusklerne for en bedre holdning
- Stimulerer blodcirkulationen og forbrændingen

JobOut Balancebold giver en aktiv siddestilling i løbet af arbejdsdagen. Balancebolden hjælper med at træne balance og koordination. Styrker balle- og sædemuskler samt aflaster ryggen. Perfekt supplement til kontorstolen. Findes i tre størrelser tilpasset forskellige kropslængder. Håndpumpe medfølger.

Mål: Ø 55, 65 eller 75 cm.

Materiale: balancebold i PVC.

### JOBOUT BALANCEBOLD SØSTJERNE

Art. 93 1677 00 Ø45 cm.  
Art. 93 1678 00 Ø55 cm

- Bevægelse forbedrer fokus
- Behagelig at sidde på
- Styrker ballemusklerne for en bedre holdning

En indbygget balancebold i flot og legesygt design med firebenet understel. Understellet giver øget stabilitet, men fortsat en aktiv siddestilling under brug. Hjælper med at træne balance og koordination, samtidigt med at den er blød og rar at sidde på. Perfekt supplement til den normale stol i fx møderummet. Håndpumpe medfølger. Vaskbart filtstof.

Mål: Ø 45, 48 x 48 x 50 cm.

Ø 55, 63 x 63 x 65 cm.

Materiale: Balancebold i PVC, filtstof Polyester og letvægtsstål.





### **JOBOUT BALANCEPUDE DESIGN**

Art. 93 1642 00, Lysegrå

Art. 93 1643 00, Mørkegrå

Art. 93 1644 00, Mørkeblå

- Giver en bedre holdning
- Forebygger smerte og stivhed i ryggen
- Aktiverer balle- og sædemusklerne

JobOut Balancepude Design forbedrer balancen og giver en bedre siddestilling. Aktiverer og styrker balle- og sædemusklerne samt lindrer smerte og stivhed i ryggen. Perfekt til kontorstolen.

Mål: Ø 33 x 5,3 cm.

Materiale: Filtstof polyester, PU og balancepude i PVC.





### JOBOUT BALANCEPUDE

Art. 931603 00

- Giver bedre holdning
- Forebygger smerter og stivhed i ryggen
- Aktiverer balle- og sædemusklerne

JobOut Balancepude forbedrer balancen og giver en bedre siddestilling. Aktiverer og styrker balle- og sædemusklerne og lindrer smerte og stivhed i ryggen. Perfekt til kontorstolen.

Mål: Ø 33 x 5,3 cm.  
Materiale: PVC.

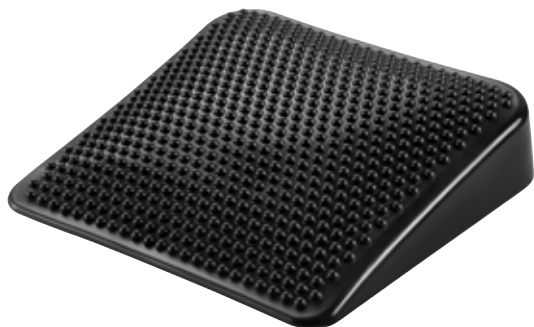


### JOBOUT BORDKROG

Art. 93 1645 00

JobOut Bordkrog gør, at du nemt kan ophænge og opbevare JobOuts Designkollektion (Ståmåtte Design, Balancebold Design, Balancepude Design og Balancepude Kvadratisk Design) på skrivebordskanten for at lette rengøringen.  
Maks vægtbelastning 20 kg.

Mål: 12 x 6,5 x 0,8 cm.  
Materiale: Zink og Epoxi.



### JOBOUT BALANCEPUDE KVADRATISK

Art. 93 1661 00

- Aflaster ryggen
- Giver en bedre holdning
- Aktiverer balle- og sædemusklerne

JobOut Balancepude Kvadratisk forbedrer balancen, aflaster ryggen og giver en bedre siddestilling. Aktiverer og styrker balle- og sædemusklerne. Perfekt til kontorstolen.

Mål: 32 x 32 cm. H 7,5 cm.  
Materiale: PVC.



### JOBOUT BALANCEPUDE KVADRATISK DESIGN

Art. 93 1672 00, Lysegrå

Art. 93 1673 00, Mørkegrå

Art. 93 1674 00, Mørkeblå

- Aflaster ryggen
- Giver en bedre holdning
- Aktiverer balle- og sædemusklerne

JobOut Balancepude Kvadratisk Design forbedrer balancen, aflaster ryggen og giver en bedre siddestilling. Aktiverer og styrker balle- og sædemusklerne. Betrækket giver øget komfort og er blødt og rart at sidde på. Perfekt til kontorstolen.

Mål: 32 x 32 cm. H 7,5 cm.  
Materiale: Filtstof polyester, PU og balancepude i PVC.



## JOBOUT KONTORCYKEL

Art. 93 1655 00 Sort

- Bevægelse forbedrer fokus
- Behagelig at sidde på
- Lydsvag og nem at flytte

Med JobOut Kontorcykel kan du nemt kombinere træning og velbefindende med dit daglige arbejde. Ved anvendelse øges energiniveauet, produktiviteten og blodcirkulationen, samtidigt med at du forbrænder kalorier. Man kan indstille forskellige pedalmodstande for at tilpasse anstrengelsesniveauet. Kontorcyklen har et display, som bl.a. viser tid, distance og antal forbrændte kalorier. Ved hjælp af fire små hjul kan cyklen nemt flyttes. Kontorcyklen er desuden tilpasset, så den også kan bruges af skolebørn.

Anbefalet maks. højde: 195 cm.

Maksimal vægt: 100 kg.

Mål: 101 x 51 x 85 cm.

Materiale: Stål, ABS, PVC, PU, PC, PP og glas.

Vægt: 24,5 kg.





### **JOBOUT MESSAGESLYNGE**

Art. 93 1611 00

- Afslapper og mindsker stress
- Lindrer stivhed
- Stimulerer blodcirkulationen

JobOut Massageslynge hjælper med at løsne muskelspændinger, stivhed og smerter samt øger blodcirkulationen. Massageredskabet er smidigt og kan derfor nå områder, som ellers er svære at nå. Kan anvendes på hele kroppen.

Mål: Længde 109 cm.

Materiale: ABS, PP og TPR.

## MASSAGE OG BEVÆGELSE

Variation og bevægelse er den bedste medicin for et sundere liv. Trætheden mindskes, og koncentrationsevnen og produktiviteten øges. Med JobOuts produkter aktiveres kroppen, og ømme muskler lindres på en effektiv måde, samtidigt med at styrke, smidighed og stabilitet i kroppen øges. Produkterne bidrager til en øget blodcirkulation, hvilket giver en mere bevægelig og afslappet muskulatur.



### JOBOUT MASSAGERULLE

Art. 93163500

- Enkel og effektiv
- Stimulerer blodcirkulationen
- Løser muskelspændinger og -knuder

JobOut Massagerulle giver en afstressende massage, som stimulerer blodcirkulationen og sænker stressniveauet i kroppen. Gummipiggene masserer effektivt specifikke trykpunkter og løser muskelspændinger og muskelknuder.

Mål: Ø 6 x 42 cm.  
Materiale: PE, PP og PVC.



### JOBOUT FODMASSAGERULLE

Art. 93163700

- Lindrer trætte fødder
- Ergonomisk udformet
- Stimulerer blodcirkulationen

JobOut Fodmassagerulle er ergonomisk udformet til at lindre smerter i trætte og stive fødder. Fodrullen har fuld kontakt med fodsålen og stimulerer blodcirkulationen. Kan også anvendes til at stimulere musklerne i underarmen.

Mål: Ø 9 x 21 cm.  
Materiale: EVA og PVC.



### JOBOUT ANTI-STRESSBOLD

Art. 93163600

- Reducer din stress med håndterapi
- Stimulerende og afslappende følelse
- Styrk muskler og led

JobOut Anti-Stressbold har en god grebsfølelse og tilpasser sig let efter din hånd. Vægten i bolden skaber en stimulerende og afstressende følelse, samtidigt med at blodløbet øges i hånd, fingre og underarm.

Mål: Ø 6 cm.  
Materiale: PVC og sand.



### JOBOUT MASSAGEBOLD HÅRD

Art. 93163900

- Stimulerer blodcirkulationen
- Øger din førlighed
- Lindrer muskelspændinger

JobOut Massagebold Hård er et effektivt og lethedterligt værktøj til at lindre muskelspændinger og muskelknuder. Anvend gulvet, væggen eller en anden hård overflade for at stabilisere bolden og massere direkte på smertepunktet.

Mål: Ø 6,5 cm.  
Materiale: TPR.



### JOBOUT MASSAGEBOLD

Art. 93160700

- Stimulerer blodcirkulationen
- Øger din førlighed
- Lindrer muskelspændinger

JobOut Massagebold øger blodcirkulationen samt lindrer stress og spændinger i hånd-, nakke- og rygmuskler. Kan anvendes forebyggende mod musearm.

Mål: Ø 7 cm.  
Materiale: PVC.



### JOBOUT MASSAGEKROG

Art. 93167900

- Nå svære steder
- Lindrer spændinger og smerter
- Mindsker stress

Formen på JobOut Massagekrog gør det let at påføre tryk på sværttilgængelige dele af ryggen. Massagekuglen hjælper med at stimulere musklerne i dybden, hvilket giver energi og øget blodcirkulation samt mindsker smerter og muskelspændinger.

Mål: 41 x 24 cm.  
Materiale: Jern og TPR.







### JOBOUT HÅNDRÆNINGSÆG

Art. 931609 00

- Forebygger musearm
- Styrker hænder og underarme
- Optimalt greb

JobOut Håndtræningsæg har et optimalt greb, som forbedrer styrken og koordinationen i hånd, fingre og underarm. Perfekt til at anvende på arbejdspladsen, men også nem at tage med.

Mål: 4,5 x 6 cm.

Materiale: TPR.



### JOBOUT ELASTIKBÅND

Art. 931605 00

- Øger din blodcirkulation
- Flere enkle øvelser
- Forebygger belastningsskader

JobOut Elastikbånd hjælper dig med at forbedre holdning, fleksibilitet og styrke. Et redskab, som er let at benytte og har til formål at forebygge belastningsskader og muskelsmerter. Inklusiv et døranker til flere øvelser.

Mål: Længde 127 cm.

Materiale: TPR og skumgummi.



### JOBOUT STRETCHBÅND

Art. 931601 00

- To minutter gør en forskel
- Flere enkle øvelser
- Forebygger belastningsskader

JobOut Stretchbånd hjælper dig med at forbedre holdning, fleksibilitet og stabilitet på en enkel måde. Effektivt redskab med det formål at forebygge eller forbedre belastningsskader.

Mål: Længde 150 cm.

Materiale: TPE.





Camouflage



Wave



Tiger



Panther



Floral



Høj kvalitets 304 stål i to lag.  
Isoleret med kobber for bedste  
varme- og kuldebevarende effekt.

### JOBOUT VANDFLASKE MINI

Art. 93 1662 00 Camouflage

Art. 93 1663 00 Wave

Art. 93 1664 00 Tiger

Art. 93 1665 00 Panther

Art. 93 1666 00 Floral

Art. 93 1656 00 Water bottle cap

- Mindsker brugen af plastik
- Højeste kvalitet
- Smarte designs

En dobbelt vacuumisoleret vandflaske lavet af højklassisk rustfrit stål, som holder din drik kold i op til 24 timer og varm i op til 12 timer. Stålet i flasken er ikke magnetisk og tiltrækker derfor ikke snavs og partikler, hvilket gør det nemt at holde flasken pæn og ren. Tætssluttende skrueprop med BPA-fri silikonetætning. Brug vandflasken på jobbet, i hjemmet eller tag den med til træning. Flasken holder temperaturen på din drik, både når den skal holdes varm og kold. Vandflasken fås i forskellige farver og mønstre. JobOut drikkelåg til vandflaske sælges separat og passer til både 280 ml og 500 ml vandflasken.

Mål: Ø 6 x 20 cm.

Volumen: 280 ml.

Vægt: 0,2 kg.

Materiale: Rustfrit stål, PP og BPA-fri silikone.

Vedligeholdelse: Vaskes op i hånden (tåler ikke maskinopvask).



## JOBOUT VANDFLASKER

Hvorfor vælge imellem funktionalitet eller design, når du kan få begge dele? JobOuts designede vandflasker holder temperaturen på din drikkevarer, i løbet af arbejdsdagen, din picnic eller dit træningspas - varm som kold! Desuden kan vi sammen gøre en indsats for miljøet, ved at mindske brugen af engangsflasker, som ofte ender i vores natur og vores have.



Aqua Black

Aqua White

Blue Water

Pink Water

Jungle

Shell Yeah



Panther

Palm beach

Wave

Zebra

A fine line

Water bottle cap

### JOBOUT VANDFLASKE

Art. 93 1648 00 Aqua Black

Art. 93 1653 00 Aqua White

Art. 93 1652 00 Blue Water

Art. 93 1650 00 Pink Water

Art. 93 1654 00 Jungle

Art. 93 1660 00 Shell yeah

Art. 93 1658 00 Panther

Art. 93 1659 00 Palm beach

Art. 93 1671 00 Wave

Art. 93 1669 00 Zebra

Art. 93 1670 00 A fine line

Art. 93 1656 00 Water bottle cap

- Mindsker brugen af plastik
- Højeste kvalitet
- Smarte designs



En dobbelt vacuumisoleret vandflaske lavet af højklassisk rustfrit stål, som holder din drik kold i op til 24 timer og varm i op til 12 timer. Stålet i flasken er ikke magnetisk og tiltrækker derfor ikke snavs og partikler, hvilket gør det nemt at holde flasken pæn og ren. Tætsluttende skrueprop med BPA-fri silikonetætning. Brug vandflasken på jobbet, i hjemmet eller tag den med til træning. Flasken holder temperaturen på din drik, både når den skal holdes varm og kold. Vandflasken fås i forskellige farver og mønstre. JobOut drikkelåg til vandflaske sælges separat og passer til både 280 ml og 500 ml vandflasken.

Mål: Ø 7 x 25,5 cm.

Volumen: 500 ml.

Vægt: 0,3 kg.

Materiale: Rustfrit stål, PP og BPA-fri silikone.

Vedligeholdelse: Vaskes op i hånden (tåler ikke maskinopvask).



## JOBOUT VANDFLASKER

Med JobOuts vandflaske behøver du aldrig være tørstig! Fyld den med din favoritdrik: vand, kaffe, sodavand, saft eller en kold smoothie.

Kun fantasien sætter grænser. Flaskens smalle åbning er let at drikke af og passer perfekt til normale isterninger.

### DER ER MANGE GODE GRUNDE TIL AT ANSKAFTE SIG EN JOBOUT VANDFLASKE:

- Den holder drikken varm i 12 timer eller kold i 24 timer
- Den er levedsmiddelsikker, BPA-fri silikone
- Den er lavet af højkvalitets 304 stål i to lag
- Den er lufttæt og har lækagesikker prop
- Den er isoleret med kobber for bedste varme- og kuldebevarende effekt
- Den danner ikke kondens på ydersiden
- Der er et års garanti for fabrikationsfejl

### PLAST I HAVENE

Plast har med sine enestående egenskaber på mange måder bidraget til et bedre liv for mange mennesker og er i dag en åbenlys del af vores hverdag. Men den er også skyld i store problemer for vores miljø. Havene er fulde med plastaffald – og mængden øges mere og mere.

Hvert år havner ca. 8 mio. tons plast i havene, og det vurderes, at der i dag flyder ca. 150 mio. tons plast rundt i havene, eller 580.000 plaststykker pr. kvadratkilometer og 51 billioner mikroplastpartikler. Og der kommer bare mere og mere. Plastproduktionen er vokset stødt siden 1950'erne, hvor det hele begyndte. I dag produceres der 9.500 kg plast hvert sekund. I løbet af 2014 blev der produceret 311 mio. tons plast\*

*Kilde: Håll Sverige Rent*

## JOBOUT BOKS

Gennem innovative produkter, redskaber og øvelser udarbejdet i samarbejde med eksperter har JobOut skabt et trygt og sikkert koncept til sundere arbejdspladser. JobOut leverer også produkter, der anvendes i forbindelse med arbejdet, for at medarbejderne får et aktivt arbejdsmønster.

## KOM IGANG MED JOBOUT

VÆLG EN FÆRDIG JOBOUT BOKS ELLER SKRÆDDERSY DIN EGEN PAKKE TIL DIN ARBEJDSPLADS.

Kontakt din forhandler for mere information.



### JOBOUT BOKS MASSAGE OG BEVÆGELSE

Art. 93 1692 00

- 2 st Stretchbånd (M, H)
- 2 st Elastikbånd (M, H)
- 2 st Håndtræningsæg (M, H)
- 2 st Massagebold
- 2 st Massageslynge
- 2 st Massagerulle
- 2 st Anti-Stressbold
- 2 st Fodmassagerulle
- 2 st Massagekrog
- 2 st Massagebold Hård



### JOBOUT BOKS

Art. 93 1690 00

- 3 st Elastikbånd (L, M, H)
- 3 st Stretchbånd (L, M, H)
- 3 st Håndtræningsæg (L, M, H)
- 1 st Massagebold
- 1 st Balancepude
- 1 st Massageslynge

Gode  
JobOut start-  
pakker til din  
arbejdsplads

### JOBOUT BOKS XL

Art. 93 1691 00

- 3 st Elastikbånd (L, M, H)
- 3 st Stretchbånd (L, M, H)
- 3 st Håndtræningsæg (L, M, H)
- 2 st Balancebold (55 cm og 65 cm)
- 1 st Strækpind
- 1 st Massageslynge
- 1 st Balancepude
- 1 st Balanceplade
- 1 st Yogamåtte
- 1 st Ståmåtte



# JOBOUT APP

JobOut Appen understøtter en aktiv arbejdsplads med mængder af muligheder. Konkurrerer med dig selv eller i teams sammen med dine kollegaer. En underholdende udfordring, der giver en mere energisk og sund arbejdsplads. Kom i gang allerede i dag.

- ✓ Gratis adgang til film, instruktioner og tips
- ✓ Over 60 forskellige øvelser
- ✓ Øvelser, som du kan vælge ud fra produkt, eller hvilken kropsdel du vil aktivere
- ✓ Udfordringer, hvor du kan vælge at konkurrere mod dig selv eller dine kollegaer
- ✓ Statistik, hvor du kan følge dig selv og dine kollegaer
- ✓ Skaber motivation til bevægelse




## JOBOUT FOR ARBEJDSGIVERE

JobOut er den perfekte udfordring til dig og din arbejdsplads. Du kan som sundhedsansvarlig nemt indstille teamets fælles udfordringer. Følg statistikken og motiver dine medarbejdere til at opnå målene for udfordringerne.

*Følg dit teams statistik.  
Hvor mange JobOuts  
har I tilbage for at nå  
månedens mål?*

*Hvem er øverst på  
topscorerlisten?  
Hold øje med dig selv  
og dine kollegaer.*





## NU FINDES JOBOUT OGSÅ TIL KLASSELOKALET!

Forskning viser, at aktivitet øger børns trivsel og indlæring. JobOuts klasselokaleprojekt tilsigter at skabe aktive og sunde klasselokaler med mulighed for aktivitetspauser, kaldet brain-breaks. Ved at implementere produkter, der har aktivitetsmuligheder, i selve undervisningstiden, understøtter vi børns indlæringsproces på en sund, underholdende og bæredygtig måde.

*JobOut*<sup>®</sup>



Udviklet i tæt samarbejde med autoriserede fysioterapeuter, massageterapeuter, ergoterapeuter og personlige trænere.

**JobOut**<sup>®</sup>  
SIMPLY FEEL BETTER

Distributør:

**mayland**<sup>\*</sup>  
-a part of burde

Herlev Hovedgade 195 A, 3. sal, 2730 Herlev. Tlf 44 91 33 11 - Fax 44 53 03 73  
salg@mayland.burde.com - www.mayland.dk

Der tages forbehold for eventuelle ændringer i design, trykfejl samt udsolgte varer.