

**Sanitätshaus sittler**  
orthopädietechnik-zentrum sauerland

# KURZ UND BÜNDIG

**DIE  
POWER  
EINES  
ORTHOPÄDIE-  
TECHNIK-  
UND  
SANITÄTSHAUSES  
IM SAUERLAND**

**TITELTHEMA**

**BEWEGUNG IST MEHR ALS DIE SUMME DEINER MUSKELN**  
S.A.Z - Haltungs- und Bewegungsoptimierung in Neheim!

# 9



# EDITORIAL: KURZUNDBÜNDIG

Hallo und guten Tag liebe Leserinnen und Leser, Sie halten die inzwischen 9. Ausgabe unseres Info-Magazins „KurzUndBündig“ in Händen und es freut mich, dass ausgerechnet ich Ihnen diese Seiten präsentieren darf.

Mein Name ist Marcel Geck. Und trotz der Tatsache, dass ich inzwischen über 5 Jahre im Sanitätshaus Sittler beschäftigt bin, hat mich bisher kaum jemand von Ihnen zu Gesicht bekommen. Mit der erfolgreichen Weiterbildung zum Wirtschaftsfachwirt (IHK) habe ich zum April 2019 die Leitung der Sittler-Verwaltung in Arnsberg übernommen. Gemeinsam mit meinem Team organisieren und koordinieren wir die Beschaffung aller benötigten Materialien, die Einteilung der Fahrzeuge sowie die Auslieferungen an unsere Kunden. Als erste Kontaktperson stehe ich potenziellen Bewerbern zur Verfügung und kümmere mich in Abstimmung mit der Geschäftsleitung um die Bereiche Marketing und Werbung. Als gelernter Bürokaufmann habe ich im Sanitätshaus Sittler die perfekte Symbiose zwischen kaufmännischen und Management-Tätigkeiten gefunden. Mit rund 3 Dutzend bester Kollegen, fällt es leicht, seinen Arbeitsplatz zu lieben und den Job gern zu machen.

Und sollten Sie mal ein Anliegen haben, kann es gut sein, dass Sie mich am Telefon erwischen. Es würde mich sehr freuen. Nun aber viel Spaß beim Studieren unserer neuen „KurzUndBündig“. Ihr Marcel Geck



## KURZUNDBÜNDIG

### SITTLER BERATUNGS-KOMPETENZ

Persönl. Beratung und modernste diagnostische Technologien

- strahlenfreie Rückendiagnostik
- elektronische Fußdruckmessung
- elektronische Vermessung von Kompressionsstrümpfen
- elektronische Ganganalyse
- Inkontinenzberatung
- Sattelkompetenz

# BEWEGUNG IST MEHR ALS DIE SUMME MEINER MUSKELN



**Guten Tag Frau Brixner, hallo Herr Block, schön, dass wir Sie heute interviewen dürfen. Es gibt Neuigkeiten im Hause Sittler?! Erzählen Sie uns davon.**  
Brixner: Der Grund, warum Lars und ich von diesem Zeitpunkt an als zweiköpfiges Team auftreten, ist die Neueröffnung des S.A.Z in Arnsberg-Neheim.

**S.A.Z? Jetzt sind wir neugierig. Was steckt hinter dieser Abkürzung?**  
Block: Einen Trommelwirbel bitte (lacht)... „S.A.Z.“ steht für Sauerland-Analyse-Zentrum. Wir wollen hier im Sauerland zur zentralen Anlaufstelle für Haltungs- und Bewegungsanalysen werden.



Lars Block  
Diplom Sport- und Gesundheitstrainer  
Sport- und Fitnesskaufmann

**Großartig! Erzählen Sie uns mehr.**  
Block: Die langjährige Erfahrung aus dem Sanitätshaus Sittler hat gezeigt, wie unterschiedlich die Bedürfnisse der Menschen sind, die orthopädische Hilfen in Anspruch nehmen. Viele denken vielleicht in erster Linie an alte oder erkrankte Menschen, aber Ursachen für Bewegungseinschränkungen sind überall zu finden. Einseitige Belastungen im Job, langes Sitzen, schlechtsitzendes Schuhwerk beim Joggen, ein unpassendes Fahrrad oder falsche Bewegungen beim Sport...

Brixner: Auch Stress und Druck im Alltag wirken sich auf den Körper aus - da kommt es schnell zu Dysbalancen und dadurch entstehen wiederum oft Muskelfehlfunktionen und Schmerzen.

**Und Sie versuchen diese Dysbalancen ausfindig zu machen?**  
Brixner: Richtig! Wir analysieren den Körper und seine

**NEU!**  
Haltungs- und Bewegungsoptimierung in Neheim, Tappeweg! Termine nach Absprache. Jetzt informieren: [saz-bewegt.de](http://saz-bewegt.de)

Bewegungsabläufe bis ins Detail. So können wir da ansetzen, wo der Schmerz und Fehlbelastungen entstehen, um diese genau dort zu stoppen.

**Klingt spannend! Wie kann ich mir eine solche Analyse vorstellen?**

Block: An dieser Stelle kommen neueste Technologien ins Spiel. Wir haben unter anderem die Möglichkeit, mit Hilfe einer 4D-Kameratechnik, die Gangart eines Menschen spezifisch einzuordnen. Dazu kommen Angaben zum Fußabdruck, Beckenstellung, Beinachsensymmetrie und natürlich zur Wirbelsäulenstellung. Aus diesen Informationen können wir schließlich ableiten, wo möglicherweise ein Ungleichgewicht besteht und behoben werden kann.

**Sie scheinen begeistert zu sein!**  
Block: Das bin ich auch! Hierdurch können wir ganz individuelle Maßnahmen zusammenstellen, die den Menschen ihren Alltag erleichtern. Zum einen mit passenden Hilfsmitteln, aber viel wichtiger ist die



Beratung und Anleitung zu Handlungsempfehlungen und Trainingseinheiten für Zuhause. Mit den Übungen werden bestimmte Bereiche der Muskulatur gezielt gestärkt, gedehnt und Gelenke mobilisiert um Unstimmigkeiten wieder auszugleichen.

Brixner: Wir können hierdurch zum Beispiel auch Sportler unterstützen Ihre Leistungen zu verbessern. Das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung ist in den letzten Jahren deutlich gestiegen. Die Menschen haben angefangen sich zu tracken und zu analysieren. Sie sind bereit, etwas für ihren Körper zu tun, wobei ihnen Qualität wichtig ist. Und die können wir hier bieten.

**Sie treffen folglich mit dem S.A.Z den Puls der Zeit?**

Block: Ich würde behaupten ja. Wir können auch den E-Bike-Trend wunderbar ergänzen, da wir professionelle Bikefittings anbieten. Dabei können Rahmengröße, Sattel- und Lenkerhöhe, Neigungen und Versatz exakt auf den Radfahrer angepasst werden. Das hilft zum einen, bequem auf dem Rad zu sitzen, zum anderen kannst du nur mit dem richtigen Trittwinkel, deine Kraft effektiv zum Trampeln einsetzen.

**Nun sind Sie mit dem S.A.Z noch in den Anfängen. Wie sehen denn Ihre Ziele aus?**

Brixner: Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht immer das Wohlbefinden unserer Kunden. Um das zu erreichen sollen noch mehr Ärzte, Physiotherapeuten und Krankenkassen aktiv in unsere Arbeit eingebunden werden. Außerdem wünschen wir uns für die Zukunft weitere Kooperationen

mit Sportvereinen, Fitness-Studios und Arbeitgebern.

**Kooperationen mit Arbeitgebern?**

Brixner: Genau. Wir unterstützen Unternehmen im Sauerland dabei, die Gesundheit ihrer Mitarbeiter zu fördern. Das Ganze läuft unter dem Namen „Betriebliches Gesundheitsmanagement“, kurz BGM. Durch Schulungen und Workshops thematisieren wir verschiedenste Gesundheitsaspekte, die für Arbeitnehmer und -geber gleichermaßen wichtig sind. Ergonomie am Arbeitsplatz, Ernährung, Stress- und Konfliktmanagement...

**Das klingt nach zahlreichen Möglichkeiten im S.A.Z.**

Block: Exakt! Bei uns soll jeder gut aufgehoben sein und Unterstützung zu Bewegungsabläufen finden. Auch Menschen mit Amputationen sind im S.A.Z an der richtigen Adresse.

In unserer sogenannten Gehschule für Beinamputierte können wir gemeinsam üben, Alltags-Situationen mit Prothese zu meistern, wie auch trotz Prothese wieder sportlich aktiv zu werden.

**Möchten Sie abschließend noch etwas ergänzen?**  
Block: Christina und ich möchten uns an dieser Stelle bei Stephan Müller bedanken. Ohne das Sanitätshaus Sittler als Initiator des S.A.Z wäre das Konzept niemals umsetzbar gewesen.

**Vielen Dank auch unsererseits für das Interview. Wir wünschen viel Erfolg!**



Sauerland-Analyse-Zentrum  
Haltungs- u. Bewegungs-Optimierung

- Optimierung der Haltungs-Ergonomie
  - Strahlenfreie Rückendiagnostik
  - Vermessung vor dem Radkauf
  - Satteldruckmessung
  - Ganganalyse
  - Leistungsoptimierung
  - Gehschule für Beinamputierte
  - Betriebliches Gesundheitsmanagement
  - Workshops, Schulungen, Aktionstage
- Tappeweg 5 | 59755 Arnsberg-Neheim  
0 29 32 93 98 051 | [info@saz-bewegt.de](mailto:info@saz-bewegt.de)



Lars Block analysiert per Knielot- und Satteldruckmessung die genaue Druckbelastung sowie die ergonomisch sinnvollste Sitzhaltung auf dem Rad.



Mit modernster Computer- und Laufbandtechnik wird das „normale Gehen“ bis hin zum „sportlichen Laufen“ statisch und/oder dynamisch analysiert.



Christina Brixner gestaltet themenbezogene Workshops maßgeschneidert, persönlich und immer praxisorientiert.

**BAUERFEIND®**

**JETZT IST ALLES IN PERFEKTER BALANCE**

**DIE NEUE LumboTrain® DREIFACH-WIRKUNG FÜR MEHR BEWEGUNG**

- aktiviert die Muskulatur
- lindert die Beschwerden
- stabilisiert und richtet auf

**BAUERFEIND QUALITÄTSPARTNER**

[BAUERFEIND.COM](http://BAUERFEIND.COM)

## KURZUNDBÜNDIG

### SITTLER REHATECHNIK

Werkstatteigene Fertigung individueller rehathechnischer Produkte inkl. Reparaturservice

- Bad- und Toilettenhilfen
- Pflegebetten
- Rollatoren / Gehhilfen
- Mobilitätshilfen
- Rollstühle
- Antidekubitushilfe
- Sauerstofftherapie
- Sitzschalen
- Kinderreha
- 24h Sauerstoffnotdienst



