

### TABLE OF

### Contents

### THE NATURAL WAY OF SWEDEN

Schweden – das sind Ursprünglichkeit und Weite, einzigartige Natur und die aussergewöhnliche Freundlichkeit der Menschen, die hier leben. Hier liegen die Wurzeln der Marke SISSEL®.

Sweden stands for purity and wide open spaces, a unique natural environment and the exceptional friendliness of the people who live here. The SISSEL® brand is rooted here.



### DIE LIEBE ZUM RÜCKEN

Die Sitzkissen von SISSEL® machen dem Rücken das Leben leichter. Sanft und natürlich bringen sie den Körper in eine optimale Sitzposition.

SISSEL® sitting pads make life easier for your back. They gently and naturally guide your body into a proper sitting position.



### NATÜRLICH MEHR LEBENSQUALITÄT

Dafür engagieren wir uns. Mit intensiver Forschung und der ständigen Suche nach innovativen Lösungen für mehr Wohlbefinden und Lebensqualität.

That is our commitment. We perform intense research and are constantly looking for innovative solutions to improve people's well-being and quality of life.



### DER SISSEL® WEG

Es gibt viele Möglichkeiten, etwas für sich und seine Fitness zu tun. SISSEL® Produkte begeistern: für ein gesundes, aktives Leben, für mehr Vitalität und Leistungsfähigkeit im Alltag.

There are many ways to do something good for yourself and your fitness. SISSEL® products get you excited - about a healthy, active life, more vitality and better day-to-day performance.



## brand like a friend

### THE NATURAL WAY OF SWEDEN

Schweden – das sind Ursprünglichkeit und Weite, einzigartige Natur und die aussergewöhnliche Freundlichkeit der Menschen, die hier leben. Ein Land zum Wohlfühlen, Entspannen und Geniessen. In Schweden liegen die Wurzeln der Marke SISSEL®, hier sind wir zu Hause. Deshalb denken wir schwedisch und handeln auch so: immer natürlich, einfach und mit dem klaren Blick fürs Wesentliche. Das ist unsere Philosophie. Seit mehr als 30 Jahren. The natural way of Sweden: Das sind über 150 wirkungsvolle SISSEL® Qualitätsprodukte für gesundes Schlafen, Sitzen, Bewegen und Wohlfühlen.

Sweden stands for purity and wide open spaces, unique nature and the exceptional friendliness of the people who live here. It's a country where people can feel good, relax and enjoy life. The SISSEL® brand has its roots in Sweden – this is our home. Our attitude and actions are also Swedish: always natural, simple and with a clear focus on what is important. That is our philosophy – and has been for more than 30 years. The natural way of Sweden: more than 150 effective, high-quality SISSEL® products for healthy sleeping, sitting, movement and well-being.

### Time to travel

EUROPÄISCHES Nordmeer

SISSEL PRODUKTION

### SCHWEDISCH LAPPLAND

Mitternachtssonne in Schwedisch Lappland – in Nordschweden, oberhalb des Polarkreises, sind die Aussichten besonders gross, dieses Naturphänomen zu erleben. Von Ende Mai bis Mitte Juli versinkt die Sonne nicht wie sonst hinter dem Horizont. Auch in der Nacht ist es dann taghell

The midnight sun in Swedish Lapland – in Northern Sweden, above the Arctic Circle, your chances of seeing this natural phenomenon are especially good. The sun does not even dip down below the horizon from late May to mid-July, and it is bright as day even in the middle of the night.

### ABOUT SWEDEN

Schweden ist Natur pur. Im Norden: rauschende Flüsse, Berge, Wildnis und endlose Weite. Im Süden: sanfte Hügel und feinsandige Strände. Im Osten: kilometerlange zerklüftete Schärenlandschaft. Und im Westen: Küstenlandschaft und riesige Seen. Schweden umfasst rund 41 Millionen Hektar Land. Davon sind 23 Millionen bewaldet. Damit gehört Schweden zu den waldreichsten Ländern Europas. Auch in den Grossstädten Stockholm, Göteborg und Malmö liegt die Natur direkt vor der Haustüre.

Sweden means pure nature. In the north: rushing rivers, mountains, wilderness and endless expanses. In the south: gentle hills and fine sand beaches. In the east: miles of jagged archipelagos. And in the west: a coastal landscape and huge oceans. Sweden contains about 41 million hectares of land, 23 million of them forested. That makes Sweden one of the most densely forested countries in Europe. Even in the large cities of Stockholm, Göteborg and Malmö, nature is right at the doorstep.

### VÄNERN

Der Vänernsee ist rund zehnmal so gross wie der Bodensee und etwa doppelt so gross wie der östlich gelegene Vätternsee. Er ist der grösste See Schwedens und wird oft auch als Binnenmeer bezeichnet. Mit seiner 2.000 Kilometer langen Küste und einer Tiefe von bis zu 106 Metern ist der Vänern das grösste Trinkwasserreservoir Europas.

Lake Vänern is about ten times the size of Lake Constance and about twice as big as Lake Vättern to the east. It is the largest lake in Sweden, and is often also referred to as an inland sea. With its 1,200-mile coastline and a depth of up to nearly 350 feet, Vänern is the largest drinking-water reservoir in Europe.

### 6 OTEBOR 6

Wer gerne gut isst, für den ist Göteborg genau die richtige Adresse. Nach einem guten Essen in einem der erstklassigen Restaurants geht es mit der Fähre direkt zu den Schäreninseln. Die westlich von Göteborg vorgelagerte Schärenlandschaft ist eine der schönsten in ganz Schweden.

For those who like to eat well, Gothenburg is the place to be. After a good meal in one of the city's top-class restaurants, you can take the ferry straight to the archipelago. The islands just to the west of Gothenburg form one of the most beautiful archipelagos in all of Sweden.



### STOCKHOLM

Die schwedische Hauptstadt liegt zwischen dem Mälarsee und der Ostsee. Sie erstreckt sich über 14 Inseln, ist durch 53 Brücken verbunden und von unzähligen Wasserwegen durchzogen. Liebevoll wird Stockholm auch "Schwimmende Stadt" oder "Venedig des Nordens" genannt. Kaum eine andere europäische Grossstadt bietet eine solche Vielfalt an Kultur, Geschichte, Natur und Freizeitmöglichkeiten.

ABISKO

SCHWEDISCH LAPPLAND

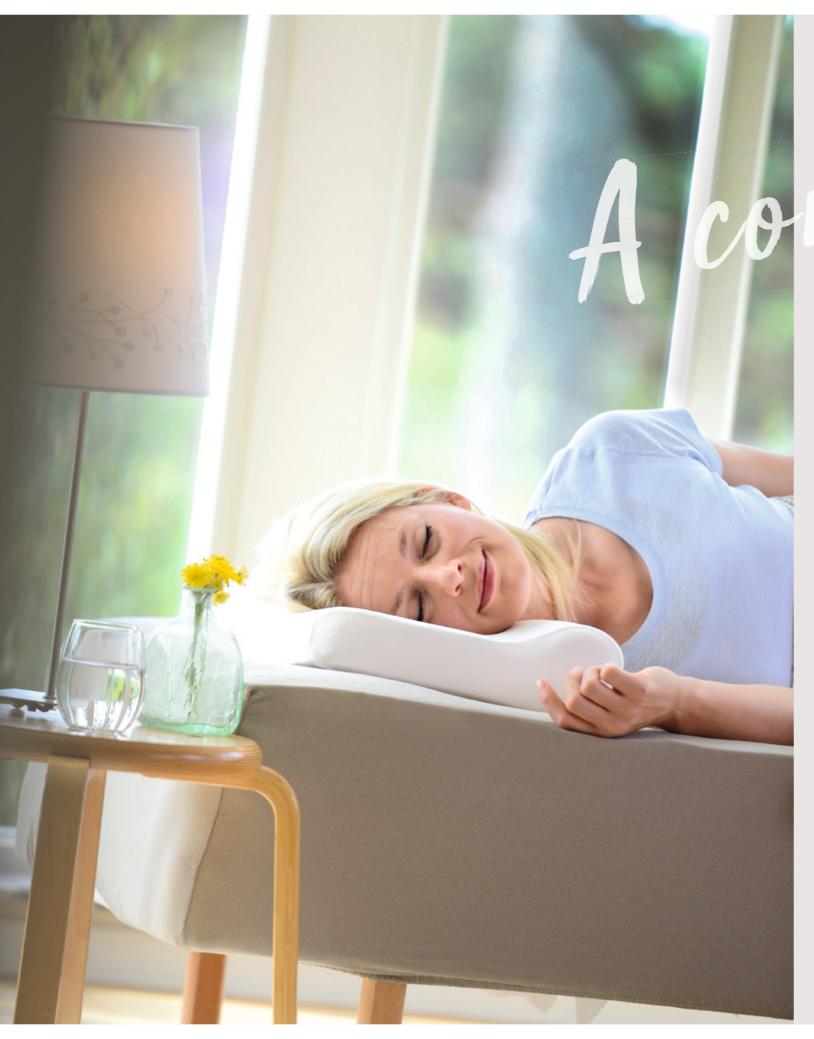
The Swedish capital is located between Lake Mälaren and the Baltic Sea. It extends across 14 islands and is connected by 53 bridges, threaded through with countless waterways. Stockholm is also affectionately known as the "Floating City" and the "Venice of the North." Hardly any other major European city offers such a wealth of culture, history, nature and recreational opportunities.



### SCHWEDENS GEBIRGE // DER KEBNEKAISE

Wandern durch grüne Wiesen und Wintersport auf weissen Pisten – noch bis Mai geht in Schweden beides parallel. Schwedens Gebirgsmassiv fällt nach Norwegen hin ab, zieht sich bis nach Finnland und bildet somit das Rückgrat des Landes. Mit seinen 2.117 Höhenmetern ist der Kebnekaise der höchste Berg Schwedens.

Hiking through green meadows and enjoying winter sports on white slopes – in Sweden, you can do both as late as May. Sweden's massif slopes down toward Norway and extends as far as Finland, forming the country's backbone. At an elevation of 6,880 feet, the Kebnekaise is Sweden's tallest mountain.



### nfortable feeling

### NATÜRLICH GESUND SCHLAFEN

Die SISSEL® Erfolgsgeschichte begann vor über 30 Jahren mit einem Kissen. Eine schwedische Therapeutin namens Sissel suchte damals nach einer natürlichen, wirkungsvollen Lösung gegen ihre Nackenschmerzen. Gemeinsam mit ihrem Mann, dem Unternehmer Carl-Emil Christensen, erfand sie 1986 das heutige SISSEL® Nackenkissen mit seiner einzigartigen anatomischen Form. Schnell wurde das Kissen auch über die Grenzen Schwedens hinaus zum Bestseller. Die SISSEL® Philosophie ging um die Welt. Bis heute ist das SISSEL® Nackenkissen in Form, Design und Qualität unverändert. Das "schwedische Original" ist einfach und dabei perfekt bis ins Detail. Ganz natürlich. Ganz schwedisch. Ganz SISSEL®.

The SISSEL® success story started more than 25 years ago with a pillow, when a Swedish therapist named Sissel was looking for a natural, effective solution for her neck pain. Together with her husband, entrepreneur Carl-Emil Christensen, she invented the SISSEL® neck pillow in 1986, with its unique anatomical shape. The pillow quickly became a best-seller even outside Sweden. The SISSEL® philosophy made its way around the world. Today, the SISSEL® neck pillow still has the same shape, design and quality. Its "Swedish originality" is simple, with perfect details. All natural. All Swedish. All SISSEL®.

# ure paxatio

### MEHR ALS NUR EIN KISSEN

Gesunder Schlaf und entspanntes Liegen sind Lebensqualität pur. Und eine Frage der persönlichen Vorlieben und Bedürfnisse. Im Laufe der Jahre haben wir unser Sortiment deshalb um viele unterschiedliche Kissen wie die SIS-SEL® Venen- und Lagerungskissen erweitert. Doch nicht nur das: Gesundheit betrachten wir immer ganzheitlich. Neben gesundem Schlaf gehören gesundes Sitzen, Bewegen und Wohlfühlen einfach dazu. So stärkt SISSEL® heute nicht nur den ganzen Körper, sondern auch den Geist. Mit vielen kleinen Helfern und grosser Wirkung. Mit nachhaltigen Produkten für mehr Kraft, Mobilität und Fitness. Formschön im Design und therapeutisch empfohlen.

Healthy sleep and a relaxed lying position define our quality of life. They are also a question of personal preferences and needs. Over the years, we have added many different pillows to our range, like the SISSEL® vein and positioning pillows. But that's not all: we always look at health from a holistic perspective. Along with healthy sleep, you also need healthy sitting, movement and well-being. So today, SISSEL® not only supports the whole body, but also the spirit. With a host of small helpers and a big impact. With sustainable products for more strength, mobility and fitness. Attractively designed and recommended by therapists

11







## Sitting

### AUS LIEBE ZUM RÜCKEN

Rückengesundheit beginnt mit dem richtigen Sitzen: mit aufgerichtetem Oberkörper und somit S-förmiger Wirbelsäule. Doch um die Wirbelsäule derart zu entlasten, braucht es ein gewisses Mass an Kraft und Energie. Die Sitzkissen von SISSEL® machen dem Rücken das Leben leichter. Auf natürliche Weise bringen sie den Körper in eine optimale Sitzposition. Das Gewicht des Oberkörpers wird sanft abgefedert und der Rücken wohltuend entlastet.

A healthy back starts with the right sitting position: with your upper body straight and an S-shaped spine. But relieving the pressure on your spine takes a certain amount of strength and energy. The sitting pillows from SISSEL® make life easier for your back. They naturally guide your body into a proper sitting position. The weight of your body is gently cushioned, which eases the strain on your back.

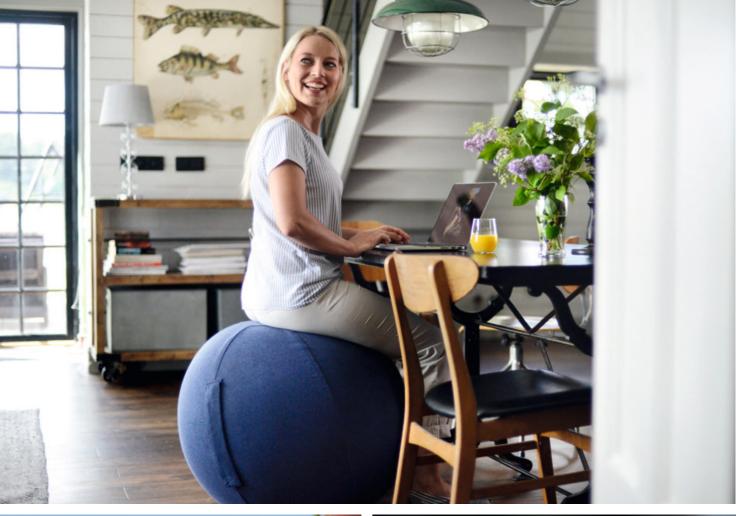
## For a strong back

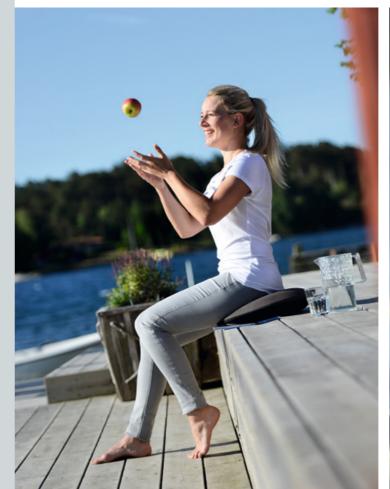
Das SISSEL® Sortiment bietet eine umfangreiche Auswahl an Sitzkissen und Hilfen für unterschiedlichste Ansprüche und Bedürfnisse: angefangen beim Sitzkeil, der die Aufrichtung der Wirbelsäule optimal unterstützt, über dynamische, luftgefüllte Sitzkissen, die gleichzeitig die Rückenmuskulatur trainieren, bis hin zu mobilen Lendenstützen für unterwegs. Sitzkissen von SISSEL® sind gut zum Rücken. Und sehen überall gut aus. An jedem Ort der Welt.

GESUND SITZEN, SANFT ENTLASTEN

The SISSEL® product range offers an extensive selection of sitting pads and props for a wide variety of standards and needs – from a sitting wedge that perfectly helps you straighten your spine to dynamic inflatable sitting pads that also train your back muscles, as well as mobile lumbar supports for traveling. The SISSEL® sitting pads are good for your back. And they look good everywhere – all over the world.

15











19

# Moving the swedish way

### FIT UND IN FORM

Ob in der Praxis, zu Hause oder in der freien Natur – Bewegung ist gesund und tut gut! Unserem Körper und unserer Psyche. Wer fit ist, fühlt sich deutlich ausgeglichener und zufriedener. In SISSEL® findet jeder den perfekten Trainingspartner. Unsere kleinen und grossen Helfer sorgen für mehr Spass beim Sport und einen optimalen Trainingseffekt. Bei Pilates, Yoga und jedem Fitnesstraining macht SISSEL® den entscheidenden Unterschied.

Whether it is in a professional setting, at home or in the open air, exercise is healthy and feels good – for your body as well as your psyche. People who are in shape feel much more balanced and content. SISSEL® is the perfect training partner. Our props, big and small, make working out more fun and provide optimal training results. For Pilates, yoga and any other workout regimen, SISSEL® makes all the difference.



### DER SISSEL® WEG

The classic one: Bewährte und hochwertige Hilfsmittel zur Unterstützung eines ausgewogenen Workouts für den ganzen Körper. Angefangen bei Fitbändern und Gymnastikbällen bis hin zur passenden Unterlage.

Body & Mind Training: Eine grosse Auswahl an qualitativ hochwertigen Pilates- & Yoga-Produkten. Damit wird jede Trainingseinheit zum besonderen Erlebnis.

Body in Balance: Zum Training der Balance und Koordinationsfähigkeit, das mit zunehmendem Alter an Bedeutung gewinnt.

Faszientraining: Eine bewährte Kombination von Workout und Massage, ein effektiver Weg zu mehr Beweglichkeit und Entspannung.





props to support a balanced workout for the whole body. From fitness bands and medicine balls to the right gym mat.

Body & Mind Training: A large selection of high-quality Pilates & yoga products. To make every workout session a special experience.

Body in Balance: For balance and coordination training, which is increasingly important as people age.

Fascia Training: A proven combination of workout and massage, an effective way to improve your mobility and relaxation.

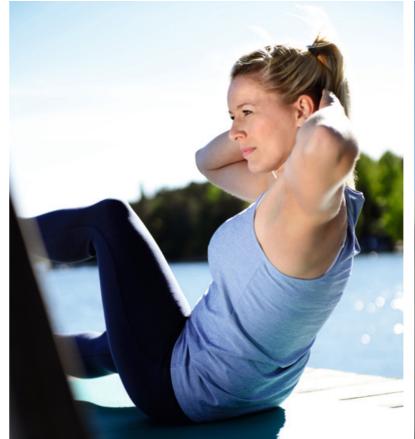
21



### BEWEGUNG "THE NATURAL WAY"

Es gibt viele Möglichkeiten, etwas für sich und seine Fitness zu tun. Entsprechend vielfältig ist unser Angebot. Hinter jedem einzelnen SISSEL® Produkt steht unsere schwedische Philosophie: Bewegung soll einfach, natürlich und effektiv sein. Und ausserdem begeistern: für ein gesundes, aktives Leben, für mehr Vitalität und Leistungsfähigkeit im Alltag.

There are many ways to do something good for yourself and your fitness. Our product range is correspondingly diverse. Every single SISSEL® product follows our Swedish philosophy: exercise should be simple, natural and effective. It should also get you excited - about a healthy, active life, more vitality and better day-to-day performance.





## Body and mind

### SISSEL® PILATES

Pilates wirkt ganzheitlich. Auf den Körper ebenso wie auf den Geist. Es fördert nicht nur die Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. Pilates führt auch zu innerer Ruhe und Harmonie. Es gibt eine Vielzahl an sanften, aber sehr effizienten Übungen für Männer und Frauen jeden Alters. Sie können ohne Hilfsmittel am Boden ausgeführt und je nach gewünschtem Schwierigkeitsgrad variiert werden. Für das entscheidende Plus an Intensität sorgen die starken Helfer von SISSEL®. Dazu gehören Bänder, Widerstandsringe und Roller ebenso wie der SISSEL® Pilates Soft Ball, der ideale Partner fürs Training von Wirbelsäule und Bauchmuskeln.

Pilates is a holistic approach, for the body as well as the spirit. It doesn't just promote mobility, strength and endurance – it also creates inner peace and harmony. There are many gentle but very efficient exercises for men and women of all ages. They can be done on the floor without any props, and varied according to the desired level of difficulty. The powerful props from SISSEL® provide extra intensity. They include bands, resistance rings and rollers as well as the SISSEL® Pilates Soft Ball – the ideal partner for training your spine and abdominal muscles.



### Pure nature

### NATÜRLICH WIRKSAM

Faszientraining ist das natürliche Workout fürs Bindegewebe. Regelmässiges Training mit effektiven Kleingeräten wie dem SISSEL® Myofascia Double Ball hält den Körper elastisch und beweglich. Verspannte Muskeln lassen sich ganz einfach punktuell lockern, damit sich Rücken, Nacken oder Beine wieder entspannt anfühlen. Faszientraining mit SISSEL® intensiviert die Körperwahrnehmung. Und auch die Haltung verbessert sich spürbar.

Fascia training is a natural workout for your connective tissue. Regular training with effective small props like the SISSEL® Myofascia Double Ball can keep your body flexible and mobile. Tense muscles can be easily loosened up with a targeted approach that makes your back, neck or legs feel relaxed again. Fascia training with SISSEL® strengthens your body awareness, and your posture is also visibly improved.







### reat little solution

### WELLNESS FÜR KÖRPER UND SEELE

Wohlfühlen und geniessen – dafür sind Gesundheit und körperliche Fitness das A und O. Ist das mentale und physische Gleichgewicht gestört, sind es oft die kleinen Dinge, die alles schnell wieder ins Lot bringen. SISSEL® hat viele sympathische Helfer im Angebot. Die wissen genau, was gut tut. Der kleine SISSEL® Spiky-Ball für die gezielte Massage zwischendurch gehört ebenso dazu wie die gesunde Wärme unserer natürlichen Kirschkernkissen.

Feeling good and enjoying life – health and physical fitness are an essential part of that. If your mental and physical balance is off, sometimes the little things are what help restore it. SISSEL® offers a wide range of friendly helpers that know just what to do. That includes the little SISSEL® Spiky Ball for targeted quick massages and the healing warmth of our natural cherry-stone pillows.

### Thinking house was a surevise house of the surevise house hours and the surevise house house house house house house house hours and the surevise house hous

### NATÜRLICH LINDERN UND REGENERIEREN

Mit SISSEL® regenerieren und entspannen. Dafür steht unser umfangreiches Sortiment an Wärme-, Kälte- und Massageprodukten – angefangen bei Wärmekissen mit natürlicher Füllung über Gel-Kissen und Kältekompressen mit zusätzlicher Kompressionsfunktion bis hin zu elektronischen Wärmeprodukten. SISSEL® Massagegeräte gibt es als handlichen "spiky" Ball oder Roller sowie elektronisch für die intensive Tiefenmassage wie vom Profi.

Regenerate and relax with SISSEL®. Explore our wide range of heating, cooling and massage products – from heating pillows with natural filling to gel pads and cold packs with an additional compression function as well as electronic heating products. The SISSEL® massage tools include a convenient "spiky" ball as well as an electronic version for an intense, professional-style deep massage.



## Products for a better life

GANZ SCHWEDISCH.GANZ NATÜRLICH.GANZ SISSEL®

Erleben Sie den Unterschied.

Experience the difference.









### UNSERE VERANTWORTUNG

Produkte von SISSEL® stehen für ein Mehr an natürlicher Gesundheit und Lebensfreude. Ihr Vorbild sind die einzigartige Kraft und Schönheit unserer Natur. Diese Natur gilt es zu schützen, heute mehr denn je. Deshalb setzt SISSEL® schon seit langem auf ausgewählte, nachhaltige Materialen und verzichtet auf den Einsatz schädlicher Phthalate (Weichmacher). Auch für die umweltfreundliche Herstellung unserer Produkte gelten höchste Qualitätsansprüche. 70 % dieser Produkte werden in Europa produziert – hauptsächlich in Schweden und Deutschland.

SISSEL® products stand for more natural health and vitality. They are modeled on the unique strength and beauty of our natural world. We need to protect nature, more than ever. That is why SISSEL® has long used carefully selected sustainable materials and avoids harmful phthalates (emollients). We also implement the highest quality standards to ensure environmentally friendly manufacturing for our products. 70 % of our products are manufactured in Europe, mainly in Sweden and Germany.

31

### See you soon



SISSEL® GmbH . Bruchstrasse 48 . D-67098 Bad Dürkheim. Germany
Phone +49 6322 989 43-0 . Fax +49 6322 989 43-10
E-Mail info@sissel.com . www.sissel.com