Schaffenburg 600 NEN instellen

In zes stappen stel je de stoel af op je eigen lichaam. Gaat iemand anders op de stoel zitten, loop de stappen dan opnieuw door.

Zo stel je de stoel in



1 Zithoogte

Stel de hoogte zo in dat je knieën een hoek van ongeveer 90° maken. Dit is de basis voor ontspannen zitten.



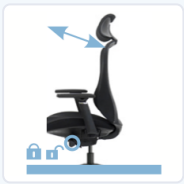
2 Zitdiepte

Schuif de zitting naar voren of naar achteren. De diepte klopt als er twee vingers tot maximaal een vuist ruimte is tussen de zitting en je knieholte. De zitdiepte is 6 cm verstelbaar.



3 Lendesteun

Zet de lendesteun zo hoog dat hij het holle deel van je onderrug opvult. Bij de meeste mensen is dat ter hoogte van de broekriem.



4 Synchroonmechanisme

Passief zitten: zet de rugleuning één stand naar achteren. Je bovenlichaam en hoofd rusten dan tegen de rug, wat kan helpen om spanning in je nek te verminderen.

Actief zitten: laat de rugleuning vrij meebewegen met je bovenlichaam. Stel daarbij ook de gewichtsregeling in (stap 5).



5 Gewichtsregeling

Met de gewichtsregeling stem je de tegendruk van de rugleuning af op je lichaamsgewicht.



6 Armleuningen

Ga achter in de stoel zitten en laat je schouders ontspannen hangen. Stel de 3D-armleuningen zo in dat ze je armen net onder de ellebogen ondersteunen.

Liever kijken?

Scan de code voor de zitinstructie op video.

youtu.be/nttUMtK_xog

Goed om te weten

Belasting. De stoel is geschikt voor een gebruiker tot 110 kg.

Onderhoud. Zuig de stof regelmatig af en neem de stoel af met een vochtige doek.