

Op de volgende pagina's lees je ook hoe je onze bureaustoelen instelt.

STOEL

- a** Heupen iets hoger dan knieën.
- b** Zit achter op de stoel en stel de diepte in.
- c** Bolling van de rugleuning in de holling van je rug.

Hoofd recht op in het verlengde van je wervelkolom.
- d** Onderarm t.o.v. je bovenarm onder een hoek van 90°.



BUREAU

- e** Hoogte bureau gelijk aan armsteun.

COMPUTER

- f** Armlengte afstand tussen ogen en scherm.

Bovenrand beeldscherm op ooghoogte.
- g** Toetsenbord zo'n 10 cm van de rand van het bureau.

Muis vlak naast het toetsenbord.

INSTRUCTIEKAART RH LOGIC 200/220



LET OP: Voor u begint, zet de stoel vast met knop 8. Volg stapsgewijs de instructies. Let bij het lezen goed op de nummering van de instructie en foto.

(1) STOELHOOGTE: Trek de knop omhoog en bepaal de stoelhoogte.

NB: Zorg dat uw boven- en onderbeen een hoek van circa 90° vormen.

(2) ZITDIEPTE: Trek de knop omhoog en verschuif de zitting naar voren of naar achteren. *NB: Houd ruimte tussen uw knieholte en de voorkant van de zitting.*

(3) RUGHOOGTE: Druk de knop in, pak de rugleuning met beide handen vast. Plaats de bolting van de rugleuning in uw onderrug en duw de hendel omlaag.

(4) RUGHOEK: Trek de knop omhoog en zet de rug in de gewenste stand.

(5) BREEDTE ARMLEGGER: Verstel de armlegger in de gewenste breedte d.m.v. het draaihendeltje aan de onderkant van de armlegger.

(6) HOOGTE ARMLEGGER: Druk de knop in en verstel de armlegger in de gewenste hoogte.

(7) TOP ARMLEGGER: Pak de top met beide handen vast en draai deze krachtig links- of rechtsom. *NB: De top is 360° draaibaar.*

(8) DYNAMISCH ZITTEN: Ontgrendel de stoel d.m.v. de draaiknop aan uw rechterzijde naar de achteren te draaien in de  richting. *NB: U wordt aangeraden om dynamisch te zitten, zodat uw stoel u in iedere zithouding volgt en*

(9) TEGENDRUK: Bepaal de weerstand d.m.v. de draaiknop aan uw rechter voorzijde. Voor meer tegendruk draai de knop in de + richting, voor minder tegendruk draai de knop in de - richting. *NB: Draai de knop per beurt tien slagen om. Herhaal dit tot uw stoel in iedere stand evenwichtig aanvoelt.*

Voor een optimale ergonomische instelling van uw stoel wordt u aangeraden om deze instructiekaart stapsgewijs te volgen!



<https://www.youtube.com/watch?v=XGhADWFOWNQ>

INSTRUCTIEKAART RH LOGIC 300/400



LET OP: Voor u begint, zet de stoel vast met knop 8. Volg stapsgewijs de instructies. Let bij het lezen goed op de nummering van de instructie en foto.

(1) STOELHOOGTE: Trek de knop omhoog en bepaal de stoelhoogte.

NB: Zorg dat uw boven- en onderbeen een hoek van circa 90° vormen.

(2) ZITDIEPTE: Trek de knop omhoog en verschuif de zitting naar voren of naar achteren. *NB: Houd ruimte tussen uw knieholte en de voorkant van de zitting.*

(3) RUGHOOGTE: Trek de hendel omhoog, pak de rugleuning met beide handen vast. Plaats de bolling van de rugleuning in uw onderrug en duw de hendel omlaag.

(4) RUGHOEK: Trek de knop omhoog en zet de rug in de gewenste stand.

(5) BREEDTE ARMLEGGER: Verstel de armlegger in de gewenste breedte d.m.v. het draaihendeltje aan de onderkant van de armlegger.

(6) HOOGTE ARMLEGGER: Druk de knop in en verstel de armlegger in de gewenste hoogte.

(7) TOP ARMLEGGER: Pak de top met beide handen vast en draai deze krachtig links- of rechtsom. *NB: De top is 360° draaibaar.*

(8) DYNAMISCH ZITTEN: Ontgrendel de stoel d.m.v. de draaiknop aan uw rechterzijde naar de achteren te draaien in de  richting. *NB: U wordt aangeraden om dynamisch te zitten, zodat uw stoel u in iedere zithouding volgt en*

(9) TEGENDRUK: Bepaal de weerstand d.m.v. de draaiknop aan uw linkerzijde. Voor meer tegendruk draai de knop in de + richting, voor minder tegendruk draai de knop in de - richting. *NB: Draai de knop per beurt tien slagen om. Herhaal dit tot uw stoel in iedere stand evenwichtig aanvoelt.*

Voor een optimale ergonomische instelling van uw stoel wordt u aangeraden om deze instructiekaart stapsgewijs te volgen!



<https://www.youtube.com/watch?v=VYCJABxLHsA>