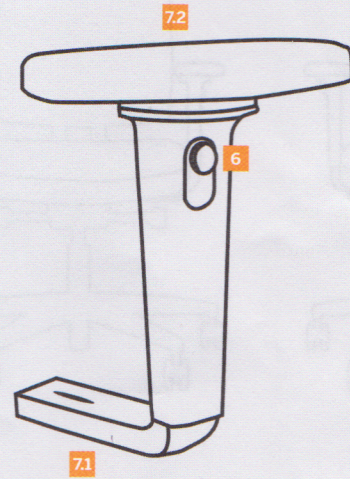
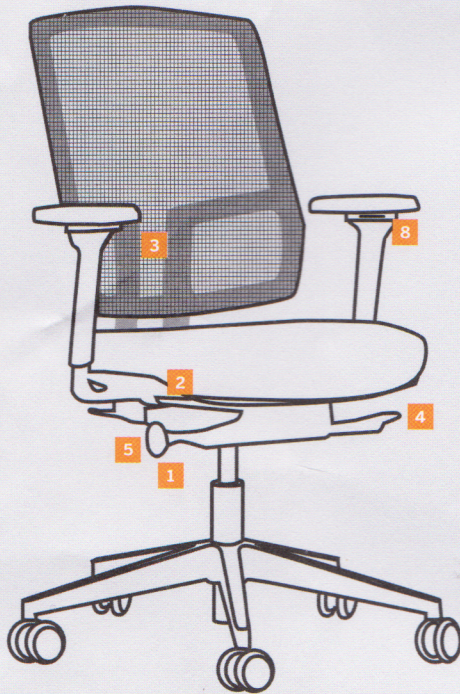


## Be Proud 4D NPR armlegger



### BE PROUD 4D NPR armlegger

### ARMLEGGER

#### 1 Zithoogte-instelling

De stoel staat in de juiste hoogte als de hoek tussen boven- en onderbeen  $\pm 90^\circ$  is en je voeten plat op de vloer staan. Door de rechterhendel naar boven te trekken, kun je de gasveer bedienen en de zithoogte lager of hoger instellen.

#### 2 Zitdiepte-instelling

De stoel heeft de juiste zitdiepte als er een vuist tussen de voorkant van de stoel en je knieholte past. Door de kleine knop rechts direct onder de zitting in te drukken, kun je de zitting naar voren of achteren verschuiven. Door de knop los te laten, blokkeert de zitting in de gewenste stand.

#### 3 Rughoogte-instelling

De rughoogte kan naar wens worden ingesteld. Voel wat het meest prettig is. Door achter op de rug de twee knoppen gelijktijdig in

te drukken, kun je de rug naar boven of onderen schuiven totdat je de juiste ondersteuning hebt. Daarna laat je beide knoppen los.

#### 4 Zithoek-instelling

Wij adviseren de stoel los te zetten. Dit doe je met de linkerhendel en door druk uit te oefenen op de rug. De hendel heeft 3 standen: helemaal naar boven klikken = **vast**; de stoel is in 5 standen te blokkeren (niet aan te bevelen), middelste stand = **los dynamisch zitten** (voor bijvoorbeeld telefoneren), onderste stand = **los en actief zitten** (voor werken achter de computer).

#### 5 Gewichts-instelling

Het gewicht is goed ingesteld als je ontspannen in de stoel zit met je rug tegen de rugleuning en je niet het gevoel hebt naar voren te worden geduwd of naar achteren te vallen. Als je de zithoek-instelling in de middelste of onderste stand hebt

ingesteld, kun je met de draaiknop rechts de tegendruk aanpassen aan je lichaamsgewicht. Rechtsom draaien is een zwaardere tegendruk en linksom is een lichtere tegendruk.

#### 6 Hoogteverstelling armleggers

De hoogte van de armleggers is goed als je boven- en onderarm een hoek van  $\pm 90^\circ$  maken als je onderarm op de armlegger rust. Door de knop aan de zijkant van de armlegger in te drukken, kun je de armlegger in hoogte verstellen. Door de knop los te laten, blokkeert de armlegger in de gewenste stand.

#### 7.1 Breedte-instelling armleggers

De breedte van de armleggers is juist ingesteld als de armen ontspannen op de armlegger rusten met een kleine ruimte tussen armen en lichaam. Onder de stoel bevindt zich een hendel voor het instellen van de breedte

van de armleggers. Door deze hendel naar beneden te duwen, kun je de armleggers naar binnen of buiten schuiven. Om te vergrendelen, trek je de hendel daarna weer naar boven.

#### 7.2 Breedte- en diepte-instelling armleggers

Kleine aanpassingen in de breedte kunnen ook met de top van de armleggers worden gerealiseerd. Door de top stevig vast te pakken, is deze met kracht zowel naar binnen/buiten als naar voren/achteren te duwen. Bij voorkeur plaats je de armleggers zo dicht mogelijk tegen de rugleuning aan.

#### 8 Hoek-instelling armleggers

Door de knop aan de bovenzijde van de armleggers in te drukken, kun je de top naar binnen of buiten draaien. Bij de gewenste hoekinstelling laat je de knop los om de stand te vergrendelen.