

Mode d'emploi Lumbar 200

1- Hauteur du dossier

Réglez la hauteur du dossier en relevant la manette situé en bas du dossier côté droit.

2- Écartement des accoudoirs

Lorsque la hauteur des accoudoirs est fixée, réglez la largeur en les écartant grâce au placet

3- Hauteur et profondeur des accoudoirs

Descendez-les au maximum en utilisant le bouton situé sur le côté extérieur, puis l'un après l'autre, remontez-les jusqu'à ce qu'ils rentrent en contact avec votre coude et bloquez-les à cette hauteur.

4- Résistance de la bascule

Pour modifier l'intensité, bloquez la bascule puis tournez la molette de réglage située sous le siège.

5- Profondeur d'assise

Descendez du siège, et actionnez la manette en tirant ou en poussant l'assise.



6

6- Soutien cervical

Ajustez le soutien cervical grâce à ses points de pivot.



7

7- Réglage d'inclinaison du dossier

Réglez l'inclinaison du dossier en relevant la manette et en faisant varier la position du dossier.



8

8- Hauteur d'assise

Réglez la hauteur d'assise en relevant la manette située en bas du dossier côté droit.



9

9- Inclinaison de l'assise / réglage de la bascule

Inclinez le siège en levant la 1er manette située à droite du siège.



10

10- Galbe du dossier

Modifiez la courbure du dossier en pressant la pompe située à l'arrière droit du dossier.

1- Hauteur du dossier

Réglez la hauteur du dossier en relevant la manette située en bas du dossier côté droit, tout en montant ou descendant le dossier à votre convenance. Relâchez la manette lorsque le réglage vous convient.

2-Écartement des accoudoirs

Lorsque la hauteur des deux accoudoirs est fixée, réglez la largeur en les écartant grâce au placet de manière à adopter une position naturelle, sans avoir les bras trop écartés du corps. Installez-vous à votre bureau et ajustez les accoudoirs afin qu'ils viennent prolonger le plan de travail.

3- Hauteur et profondeur des accoudoirs

un réglage efficaces des accoudoirs permet de supprimer les tensions qui peuvent se créer sur les membres supérieurs. Les accoudoirs doivent soutenir les bras dans la position la plus naturelle possible. Dans un premier temps, descendez-les au maximum en utilisant le bouton situé sur le côté extérieur, puis l'un après l'autre, remontez) les jusqu'à ce qu'ils rentrent en contact avec votre coude et bloquez-les à cette hauteur. NB : cette hauteur doit correspondre à un angle des coudes d'environ 90°.

4- Résistance de la bascule

Si vous souhaitez utiliser le siège en «bascule libre», réglez l'intensité de cette bascule afin de ne pas être poussé vers l'avant, ni de partir trop en arrière. Le mouvement des bras d'avant en arrière doit permettre l'inclinaison du siège. Pour modifier l'intensité, bloquez la bascule à l'aide de la manette puis tournez la molette ronde située sous le siège.

Lorsque vous êtes assis, tournez-le vers le + pour durcir le retour, et vers le - pour l'assouplir. Ce réglage est très précis, nous vous recommandons de prendre le temps de le faire avec soin, et de demander l'aide à votre distributeur pour toute question.

5- Profondeur de l'assise

Descendez du siège et actionnez la manette située à droite du siège tout en tirant ou poussant l'assise. Une bonne profondeur doit permettre le passage d'une main entre le bout de l'assise et le creux poplité (arrière du genou)

6- Soutien cervical

Ajustez le soutien cervical grâce à ses points de pivot de manière à ce que vous puissiez vous reposer dessus en position «relâchée» sans qu'il vous gêne lorsque vous effectuez des tâches plus actives (saisie informatique, contrôle de document ...).

7- Inclinaison du dossier

Réglez l'inclinaison du dossier selon votre angle de confort en relevant la deuxième manette située à droite de votre siège, tout en faisant varier la position du dossier avec votre dos. Relâchez la manette pour fixer le dossier.

8- Hauteur de l'assise

Asseyez-vous et commencez par régler la hauteur de votre siège. Les pieds doivent être à plat, talons bien au sol. L'angle à l'articulation du genou est à environ 90°.

9- Inclinaison de l'assise et réglage de la bascule

Inclinez le siège en levant la 1er manette située à droite du siège. Baissez la manette pour bloquer le siège dans la position souhaitée ou laissez-le en fonction «bascule libre» en conservant la manette levée.

10- Galbe du dossier:

Modifier la courbure du dossier en pressant la pompe située à l'arrière droite du dossier. Pour réduire la pression, appuyer sur le bouton se trouvant sur la tige de la pompe