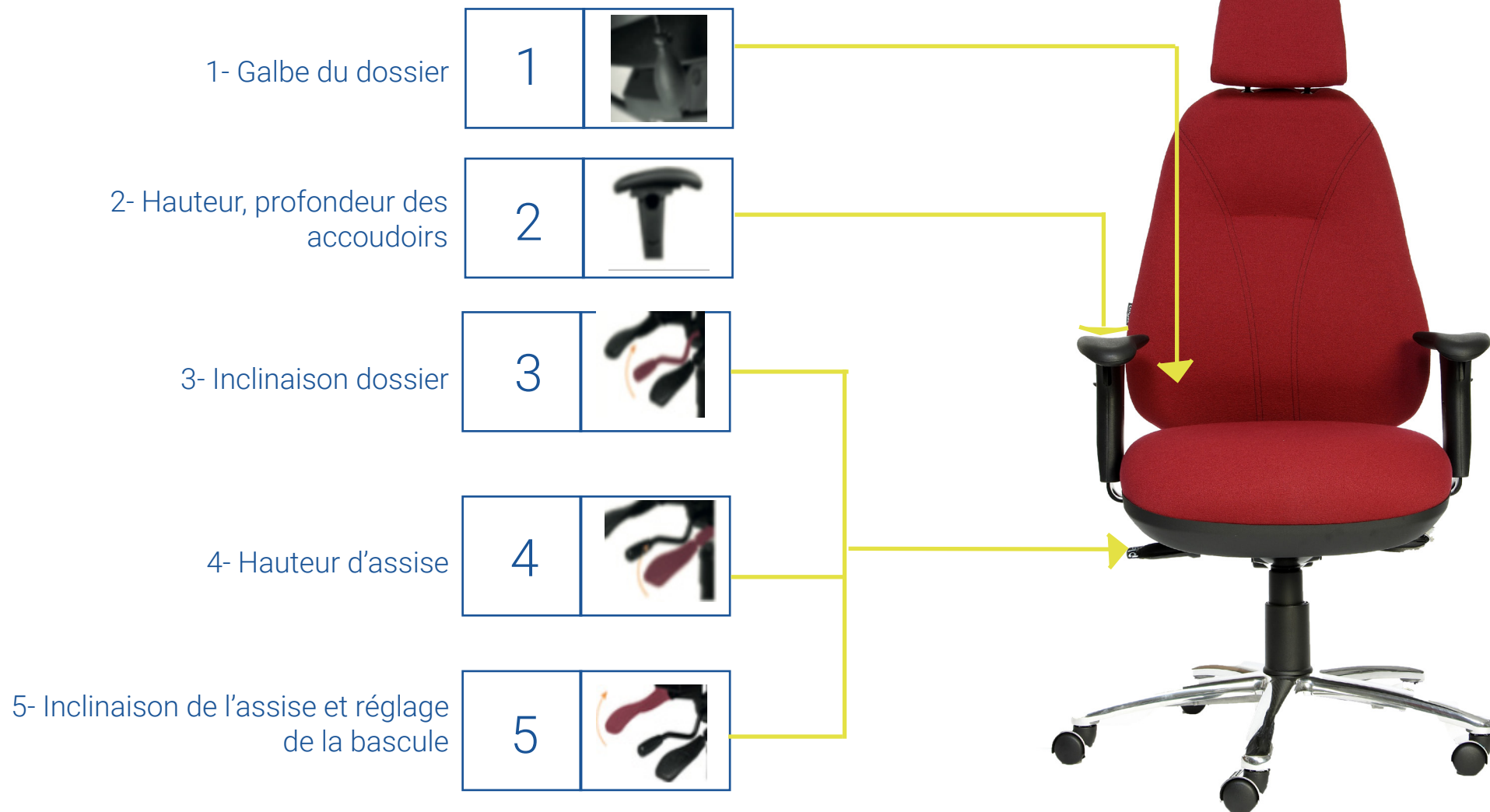


## Mode d'emploi Spinal 500





### 1- Gable du dossier

Modifiez la courbure du dossier, sortez la pompe lombaire se situant à l'arrière du dossier et pressez-la jusqu'à obtenir le galbe désiré.

### 2- Hauteur, profondeur et orientation des accoudoirs

Une fois tous ces réglages effectués, réglez les accoudoirs. Un réglage efficace des accoudoirs permet de supprimer les tensions qui peuvent se créer sur les membres supérieurs. Les accoudoirs doivent soutenir le bras dans la position la plus naturelle possible. Dans un premier temps, descendez-les au maximum utilisant le bouton situé sur le côté extérieur, puis l'un après l'autre, remontez-les jusqu'à ce qu'ils entrent en contact avec votre coude et bloquez-les à cette hauteur. Cette hauteur doit correspondre à un angle des coudes d'environ 90°. Réglez ensuite l'orientation des plateaux en les tournants dans le sens qui vous convient.

### 3- Inclinaison du dossier

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

### 4- Hauteur d'assise

Asseyez-vous au fond du siège et veillez à avoir les pieds bien à plat sur le sol. Montez ou baissez l'assise à l'aide de la deuxième manette située à droite de votre siège. Relâchez la manette lorsque l'angle à l'articulation du genou est à environ 90°.

### 5- Inclinaison d'assise blocage/déblocage bascule

Inclinez le siège en levant la première 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.

## 6- Soutien cervical

Ajustez le soutien cervical en hauteur en le faisant coulisser de haut en bas, exactement comme dans une voiture. Puis réglez la profondeur et l'inclinaison 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 documents, etc).

## 7- Hauteur dossier

Levez-vous du siège et positionnez-vous derrière celui-ci. Prenez le dossier des deux mains et soulevez-le jusqu'à obtenir la hauteur désirée. Pour redescendre le dossier, montez-le au maximum puis redescendez-le.

## 8- Profondeur d'assise`

Descendez du siège et actionnez la manette située à gauche 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)

## 9- Écartement des accoudoirs

Lorsque la hauteur des deux accoudoirs est fixée, réglez la profondeur grâce aux molettes situées sous le siège de manière à adopter une position naturelle, sans avoir les bras trop écartés du corps. Enfin, installez-vous à votre bureau et ajustez les accoudoirs afin qu'ils viennent prolonger le plan de travail.

## 10- Resistance 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 située sous le siège. Lorsque vous êtes assis, tournez vers la gauche pour durcir le retour, et vers la droite pour l'assouplir. Ce réglage est très précis et nous vous recommandons de prendre le temps de le faire avec soin, et de demander de l'aide à votre distributeur pour toute question.