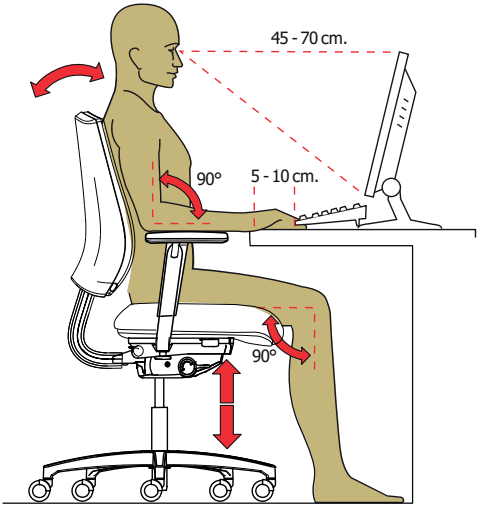
Custom Pro NPR

User's manual
Gebruiksaanwijzing

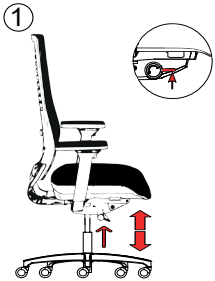


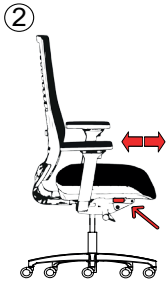
ENG / How to use your ergomonic chair

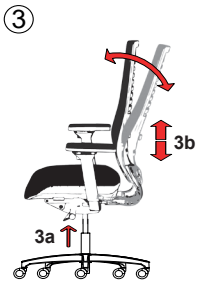
We would like to help you avoid the fatigue and discomfort that inevitably result from long periods sitting in an office, by providing a chair that both aids movement and gives support. In order to reap the full benefits of this ergonomically designed chair it's important not only to understand how to make the simple adjustments, reading the instructions the following pages, but also how you can do it. Sitting too upring or leaning forward is as stressful on the spine as a slumped position.
The correct position is a 90° angle between thighs and back, but adjust the back mechanism to allow for this angle to open to at least 105° to provide balance and relieve pressure on the spine and a 90° angle between arm and forearm. Regulate the back height to provide maximum support for the vulnerable lower back area.
The feet should be placed flat on the floor, or footrest, at a 90° angle to the legs. For better safety and adaptability to the type of flooring, it is advisable to use hard castors for soft floors and soft castors for hard floors.

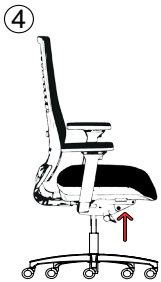
NL / Hoe u uw ergomonische stoel gebruikt

We willen u helpen de vermoeidheid en het ongemak te vermijden die onvermijdelijk het gevolg zijn van langdurig zitten op kantoor, door een stoel te bieden die zowel beweging bevordert als ondersteunt. Om ten volle te profiteren van deze ergonomisch ontworpen stoel, is het niet alleen belangrijk om te begrijpen hoe u de eenvoudige aanpassingen kunt maken, door de instructies op de volgende pagina's te lezen, maar ook hoe u dit kunt doen. Te rechtop zitten of naar voren leunen is net zo belastend voor de wervelkolom als een onderuitgezakte houding.
De juiste positie is een hoek van 90 ° tussen de dijen en de rug, maar pas het rugmechanisme aan om deze hoek te openen tot minstens 105 ° om balans te bieden en de druk op de wervelkolom te verlichten en een hoek van 90 ° tussen arm en onderarm. Regel de rughoogte om maximale ondersteuning te bieden aan de kwetsbare onderrug. De voeten moeten plat op de vloer of voetsteun worden geplaatst in een hoek van 90 ° ten opzichte van de benen. Voor een betere veiligheid en aanpasbaarheid aan het type vloer, is het raadzaam harde wielen te gebruiken voor zachte vloeren en zachte wielen voor harde vloeren.









1)
ENG / Seat height adjustment
While seated, move the right hand lever upward and adjust the height of the seat using the weight of your body.
NL / Zithoogte verstelling
Terwijl u zit, beweegt u de hendel aan uw rechterkant omhoog en past u de hoogte van de zitting aan met het gewicht van uw lichaam.

2)
ENG / Seat depth adjustement
While seated, pull the right hand button under the seat to the outside and adjust the seat depth.
NL / Zitdiepte verstelling
Trek tijdens het zitten de rechterknop onder de zitting naar buiten en pas de zitdiepte aan.

3A)
ENG / Backrest adjustement
Move the left hand lever up under the seat to unlock the backrest; pushing the backrest with the pressure of your body to adjust the backrest angle (5 possible positions). Move the lever down to lock the backrest.
NL / Rugleuning verstelling
Beweeg de linker hendel onder de stoel omhoog om de rugleuning te ontgrendelen; de rugleuning duwen met de druk van uw lichaam om de hoek van de rugleuning aan te passen (5 mogelijke standen). Beweeg de hendel omlaag om de rugleuning te vergrendelen.
3B)
ENG / Lumbal support adjustment
Move the lumbal support up or down for optimal support of the back.
NL / Instelling lendensteun
Beweeg de lendensteun omhoog of omlaag voor een optimale ondersteuning van de rug.

4)
ENG / Weight adjustment
Turn the integrated rotary knob to decreased or increased the tension of the spring.
NL / Gewichtsinstelling
Draai de geïntegreerde knop om de spanning van de veer te verlagen of te verhogen.

5

5)

ENG / Armrest height adjustment

Push the front button for adjusting the height of the armrest.

NL / Hoogte instelling armlegger

Druk op de knop aan de voorzijde om de hoogte van de armlegger aan te passen.

6

6)

ENG / Armrest width adjustment

Turn the rotary knob to the left to unlock the armrest and slide to the prefered position.
Turn the knob to the right to fix the armrest.

NL / Armlegger in breedte verstelbaar

Draai de draaiknop naar links om de armleuning te ontgrendelen en schuif deze naar de gewenste positie. Draai de knop naar rechts om de armleuning vast te zetten.