

ahrend

Ahrend 220

Instructies
voor gebruikers

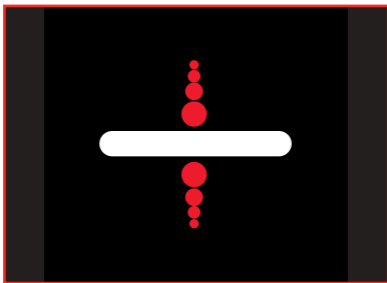


Ahrend. Always ready for things to come



Zithoogte >

De juiste zithoogte bepaalt u als uw onder- en bovenbenen een hoek vormen van 90°. Zorg ervoor dat u geen grote druk voelt op uw bovenbenen. Voeten plat op de vloer of op een voetenbank.



> Zithoogte

Lager

Hendel omhoog trekken
Op de gewenste hoogte hendel loslaten.

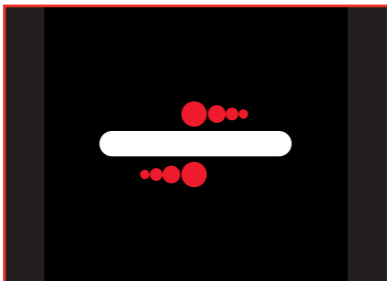
Hoger

Sta op
Hendel omhoog trekken
Op de gewenste hoogte hendel loslaten.



Zitdiepte >

De bovenbenen dienen goed ondersteund te worden, zodanig dat u de knieholte vrij laat. Voldoende ruimte voor de knieholte bereikt u door een vuist horizontaal (dus ongeveer vier vingers breed) tussen de voorkant van de zitting en de achterkant van uw benen te plaatsen.



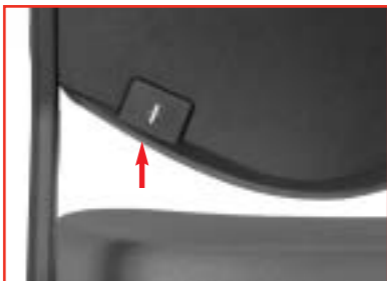
> Zitdiepte

Kleiner/groter

Hendel omhoog trekken

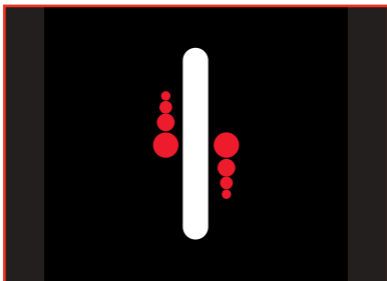
Duw de zitting naar achteren/naar voren

In de gewenste stand hendel loslaten.



Rughoogte >

Een goede steun voor uw rug verkrijgt u door de lendenen te ondersteunen. U vindt dit gebied aan de onderzijde van de rug. Bij rechtop zitten voelt u een holle kromming. Hierin moet het meest naar voren komende gedeelte van de rugleuning vallen.



> Rughoogte

Hoger/lager

Hendel indrukken

Rugleuning omhoog/omlaag

In de gewenste stand hendel loslaten.



Rughoek



Behalve een goede ondersteuning van de rug, wordt variatie van zithouding aanbevolen. Dit kunt u bereiken door, afhankelijk van uw werkzaamheden, de rughoek wisselend in te stellen: bij een luisterhouding de rugleuning achterover en bij een actieve houding de rugleuning voorover.



> Rughoek

Rugleuning voorover

Hendel omhoog trekken en loslaten

Lichaam vrij van rugleuning

In gewenste stand hendel nogmaals omhoog trekken en loslaten.

Rugleuning achterover

Hendel omhoog trekken en loslaten

Lichaam licht tegen rugleuning drukken

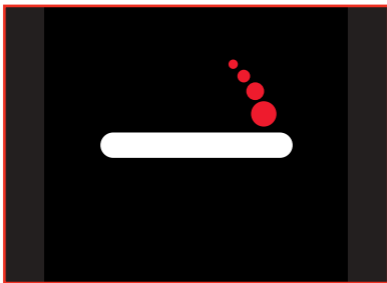
In gewenste stand hendel nogmaals omhoog en loslaten.



Zithelling >

Als u lange tijd in één houding moet zitten, is het aan te bevelen de zitting schuin naar voren te kantelen. Hierdoor ontstaat minder druk op de bovenbenen en door het enigszins kantelen van het bekken ontstaat een gunstige stand van de wervelkolom.

Belangrijk is dat u bij schuine zit naar voren goed gebruik maakt van de rugleuning.



> Zithelling

Schuin naar voren/neutrale stand

Hendel omhoog trekken

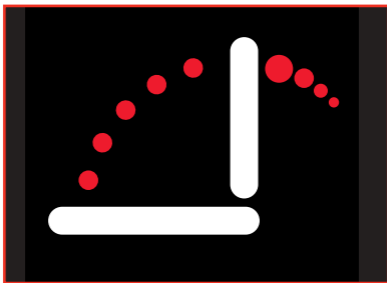
Leun voorover/achterover

In de gewenste stand hendel loslaten.



Zitstand blokkering (Synchro) >

Ahrend 220 Synchro volgt de gebruiker als het ware vanzelf, terwijl in elke zithouding een optimale ondersteuning wordt gegeven. Toch kunt u – indien u dat wenst – de synchroonbeweging in elke stand blokkeren.



> Zitstand blokkering (Synchro)

Synchroonbeweging blokkeren

Bij gewenste zithouding, hendel omhoog trekken en loslaten.

Blokkering opheffen

Hendel omhoog trekken en loslaten.



Gewichtsinstelling (Synchro) >

Voor optimaal zitcomfort is het van belang dat u de veerdruk zodanig afstelt op uw lichaamsgewicht, dat de rugleuning het bovenlichaam in elke zithouding goed ondersteunt.

De veerdruk stelt u in met de draaiknop onder de zitting aan de achterkant van de stoel.



> Gewichtsinstelling (Synchro)

Veerdruk hoger

Knop rechtsom draaien.

Veerdruk lager

Knop linksom draaien.



Armleggers >

Om de nek- en schouderspieren te ontlasten, is het aan te bevelen de armleggers te gebruiken. Stel de hoogte van uw armleggers zo in, dat uw schouders ontspannen zijn en u voldoende ondersteuning voelt voor uw onderarmen. Voor een optimale aanpassing aan de lichaamsbreedte, is het tevens mogelijk de armleggers B in de breedte te verstellen.



> Armleggers (A/B) >

Hoger/lager

Armlegger vasthouden

Knop ingedrukt houden

Armlegger omhoog/omlaag

Op de gewenste hoogte knop loslaten.



> **Armleggers (B)** >

Breder/smaller

Bevestigingsmoeren onder de zitting losdraaien
Armleggers breder/smaller maken
In gewenste stand moeren vastdraaien.



> **Armleggers (B)** >

Draaien

Om het ondersteuningsgebied van de onderarm en elleboog zo goed mogelijk aan te passen aan de aard van de werkzaamheden, kunnen de armleggers eenvoudig met de hand worden gedraaid. De gewenste positie wordt met een klikmechanisme vastgehouden.



Zwenkwielen

Harde vloer: zachte wielen
(afwijkende kleur loopvlak)
Zachte vloer: harde wielen.

Gasveer

Reparatie en vervanging alleen door een
Ahrend monteur

Gasveer nooit openen of verhitten.

www.ahrend.com