

Kėdės reguliavimo instrukcija.

Bendri biuro kėdžių naudojimo principai.

Biuro kėdės turi būti naudojamos pagal paskirtį ir deramai prižiūrimos. Naudojant biuro kėdes ne pagal paskirtį (stovint ant kėdės, sėdant ant porankių), rizikuojate savo sveikata, ir galite patirti nelaimingą atsitikimą.

Keletas pastabų kaip teisingai naudoti biuro kėdę.

Kiekvienam vartotojui sėdynės aukštis ir gylis turi būti nustatytas, kad būtų užimtas kuo didesnis (visas) jo sėdimas plotas. Tik tokiu atveju yra užtikrinamas teisingas nugaros palaikymas.

Nugaros atlošas turi visuomet būti prigludęs, ir palaikyti nugarą. Ypatingą dėmesį reikėtų atkreipti į juosmens srities palaikymo dalį.

Ilgai sėdint, rekomenduojama dažnai keisti sėdėjimo poziciją, pajudant kartu su visa kėde.

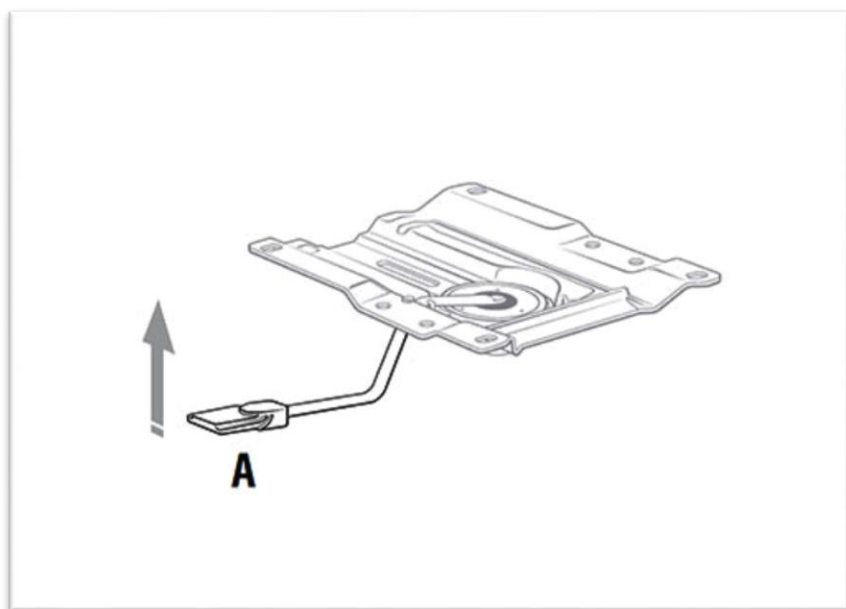
MECHANIZMO TIPAS. Ekonominis biuro kėdės mechanizmas su viena reguliavimo rankena A.

Rankena A. Kėdės aukščio reguliavimas

Atsisėskite ant sėdynės. Pakelkite svirtį į viršų (kėdės aukštis iš lėto sumažės).

Atsistokite. Pakelkite svirtį į viršų (kėdės aukštis iš lėto padidės).

Atleiskite svirtį pageidaujamame aukštyje, kėdės aukštis bus užfiksuotas.



SVARBU !!! Kėdės aukštis yra tinkamas, kai sėdinčiojo pėdos pilnai liečia žemę, o keliai yra kiek aukščiau nuo sėdėjimo atramos. Kėdė, kurios sėdynės aukštis reguliuojamas nuo 35 cm iki 48 cm matuojant nuo grindų, yra tinkama maždaug 95 % vartotojų. Sėdint tokioje kėdėje kojų pėdos laisvai ilsėsis ant grindų plokštumos, šlaunys horizontalioje padėtyje, o rankų padėtis bus stalo aukštyje. Pasirinkite kėdės aukštį tokį, kad kojų pėdos laisvai ilsėtųsi ant grindų plokštumos, - 90 laipsnių kampas per kelio sulenkimą yra komfortiškas ir užtikrina gerą kraujo apytaką.