

## הוראות הפעלה וכיוון לכיסאות Opal



### 1. כיוון גובה הכיסא

- לחץ קלות על הידית כלפי מטה (כאשר אתה לא ישוב על הכיסא), כדי להרים את גובה הכיסא.
- לחץ קלות על הידית כלפי מטה (כאשר אתה ישוב על הכיסא), על מנת להוריד את גובה הכיסא.

### 2. כיוון המנגנון הסינכרוני

- הרם את הידית כלפי מעלה (כאשר אתה ישוב על הכיסא), על מנת לשחרר את המנגנון הסינכרוני.
- עצור את משענת הגב בזווית של  $110^{\circ}$  (זווית ישיבה מומלצת מול השולחן), והורד את הידית כלפי מטה, על מנת לקבע את זווית משענת הגב.
- בישיבה אינטנסיבית בכיסא (מעל לשעה ברצף), מומלץ לא לנעול את זווית הכיסא, ולהישאר במצב דינאמי שמזרים את הדם ומאפשר ישיבה ממושכת בכיסא ללא מאמץ.

### 3. כיוון עוצמת התנגדות המנגנון למשקל היושב

- מומלץ לכוון את הברז כאשר אתה מול הכיסא, עם ברכיים מכופפות (ולא ישוב על הכיסא).
- סובב את הברז (עם כיוון השעון), על מנת להחליש את עוצמת ההתנגדות.
- סובב את הברז (נגד כיוון השעון), על מנת לחזק את עוצמת ההתנגדות.
- יש לסובב את הברז מס' סיבובים לאחד מהכיוונים, על מנת שתוכל להרגיש בשינוי.
- לאחר כיוון הברז, יש לחזור ולשבת על הכיסא, כאשר המנגנון הסינכרוני פתוח (הכיסא לא נעול בתנועה), ולבצע תנועת נדנוד בכיסא, על מנת להרגיש את עוצמת הנדנוד.
- יש לחזור על הפעולה, עד מציאת נקודת האיזון שבה הכיסא מחזיק אותנו, מבלי שנצטרף להתאמץ.

### 4. כיוון גובה משענות הידיים

- לחץ על הלחצן בצדי הידית, ומשוך את הידית כלפי מעלה.
- כוון את גובה משענות הידיים, בהתאם לשלבים שמופיעים בידיה (מומלץ שמשענות הידיים יהיו מתחת לשולחן).

### 5. כיוון משענות ידיים ארגונומיות N3D (בכיסא Opal HM)

- לחץ על הלחצן בצדי הידית, ומשוך את הידית כלפי מעלה.
- כוון את גובה משענות הידיים, בהתאם לשלבים שמופיעים בידיה (מומלץ שמשענות הידיים יהיו מתחת לשולחן).
- הזז את משענות הידיים קדימה / אחורה, על מנת לקבוע את מרחק הכיסא מהשולחן.
- הזז את משענות הידיים ימינה / שמאלה, על מנת לקבוע את זווית המשענת ביחס ליד.

