

## SURF | SYNKRON

Ge dig själv ett par minuter med inställningen av din arbetsstol för att få en individuellt anpassad ergonomisk stol.

När du ställt in din stol rätt har du en följsam och stödjande känsla som stimulerar dig till rörelse. Det ger lite extra energi till ditt arbete och möjlighet till stunds avkopplande vila om du vill.



Sitta upprätt



Sträcka ut kroppen



Sitta i balans



SURF | SYNKRON

LANAB GROUP:

[www.lanabgroup.se](http://www.lanabgroup.se)



### 1. Inställning av sitthöjd

Ställ in sitthöjden genom att föra spaken på högersidan av sitsen uppåt.

### 2. Inställning av sittdjup

Ställ in sittdjupet genom att dra spaken uppåt på höger sida under sitsen. För samtidigt sitsen framåt/bakåt.

### 3. Inställning av gungfunktion

Stolens gungfunktion regleras med reglaget på stolens vänstra sida. Genom att föra spaken nedåt låser du gungfunktionen. Lossa gungfunktionen genom att föra spaken uppåt.



### 4. Motstånd i gungfunktionen

Ställ in motståndet på gungfunktionen genom att dra ut veven på högersidan av stolen och veva framåt för hårdare och bakåt för lättare motstånd av gungrörelsen.

### 5. Inställning av sittvinkel

För extra sitsvinkling framåt, för spaken uppåt när du lutar dig tillbaka i stolen. För ett neutralt plant läge på sitsen, för spaken nedåt när du lutar dig tillbaka i stolen.

### 6. Inställning av höjden på ryggstödet

Ställ in rygghöjden genom att dra hela ryggen uppåt, det finns fasta klicklägen där ryggen fäster, i toppläget går ryggen ned igen till bottenläge.



### 7. Inställning av armstöd

Armstöden är ställbara i höjd, bredd, djup och vinkel.

**Höjd:** Lyft knappen på sidan.

**Bredd:** Lossa vredet på undersidan av armstödsinfästningen.

**Djup:** För armstödsplattan framåt eller bakåt.

**Vinkel:** Tryck in knappen på armstödsplattans utsida och vrid.

### 8. Inställning av nackstöd (Tillval)

Nackstödet regleras enkelt till önskad höjd, vinkel och djup genom att flytta det med handen som du själv önskar.