

MUVMAN – židle pro variabilní sezení

Návod k obsluze

Technická data:

- Výška sedáku: 51 – 84 cm,
- Výška sedáku u zvýšené verze 60 – 93 cm
- Váha: 9 kg
- Podnož: průměr 38 cm
- Úhel náklonu: asi 5°
- Sedák: mikrofibrové vlákno
- Patentovaná technologie flexzone



Muvman je po vybalení z obalu připraven k okamžitému použití.

Jak nastavit váš muvman

1. Výška:

Pod sedákem jsou dvě velká tlačítka, jejichž stlačením obouřuč a tlakem na sedák (vlastní vahou) nebo uvolněním tlaku lze nastavit výšku. Správná výška sezení závisí na těchto parametrech

- Délka vašich nohou
- Výška pracovního stolu
- Druh vaší práce (aktivity)

Výšku lze nastavit v rozsahu od 51 do 84 cm, u zvýšené verze od 60 do 93 cm. Ve správné výšce sedíte tehdy, když vaše oči jsou ve správné vzdálenosti od pracovního stolu a můžete pracovat, aniž byste se unavili.

Náš tip: vyzkoušejte různé výšky sezení – to je nejlepší způsob, jak nalézt pro sebe optimální posaz.

2. Pružná noha:

Pružná noha je při sezení vždy pod jistým úhlem mírně nakloněna kupředu. Tím se kompenzuje přirozený odpor nohou při sezení.

Nakloněním pružné nohy podle vašich potřeb se vyhnete nesprávné pozici při sezení, což vede mj. ke shrbení.

Posadte se na střed muvmana a udržujte vzpřímenou polohu. Obecně lze říci, že tím výše sedíte, tím větší by měl být náklon dopředu.

