



PENDING

Manufaktur

Bedienungsanleitung

Instructions



GRATULATION

zum Erwerb eines
Pending-Qualitätsproduktes!

MADE IN GERMANY

BEWEG DICH!

Pending bewegt!



... ab heute sitzen Sie gesund ... !

Kopfstütze

(optional)

A) Höhe

Greifen Sie an die untere Seite der Kopfstütze und schieben Sie diese auf- oder abwärts.

B) Neigung

Für ein komfortables Sitzgefühl neigen Sie die Kopfstütze nach vorne oder zurück. Die Kopfstütze rastet in mehreren Positionen ein.



Lordosenstütze

(optional)

Lehnen Sie Becken und Schultern an die Rückenlehne Ihres Stuhles.

Drücken Sie jetzt auf der rechten Stuhlseite den Blasebalg der Lordosenstütze und stellen Sie die gewünschte Wölbung (Pumpen) oder Entwölbung (Ventil drücken) ein.

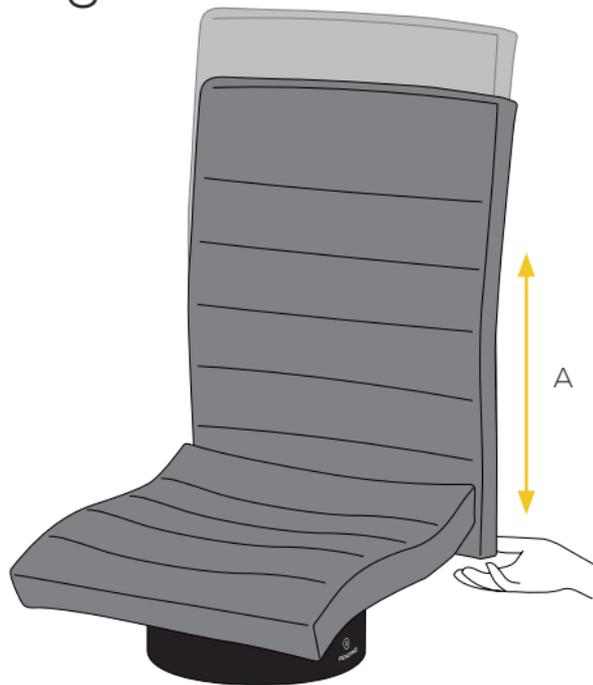


Rückenlehnenverstellung

(optional)

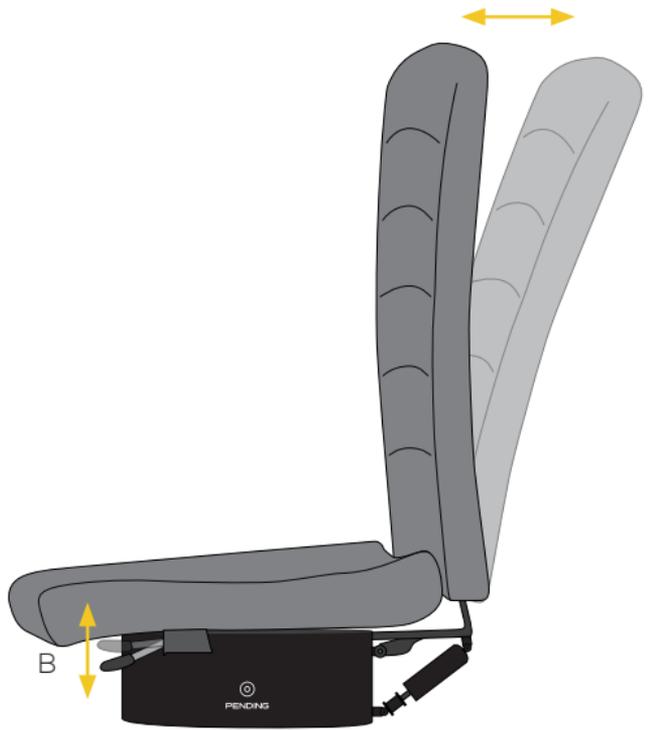
A) Höhe

Auf dem Stuhl sitzend und die Rückenlehne entlastend, greifen Sie an die untere Seite der Lehne und schieben diese auf- oder abwärts. Zum Senken der Lehne muss diese zuerst in die oberste Stellung gebracht werden.



B) Neigung

Hebel links unter der Sitzfläche nach oben ziehen und die Rückenlehne be- oder entlasten. Durch Loslassen des Hebels wird die Rückenlehne in der gewünschten Position fixiert. Für eine frei federnde Einstellung der Rückenlehne (Permanentkontakt) ziehen Sie den Hebel nach oben und drücken diesen nach innen. Damit ist die Mechanik entriegelt.



Armlehnen (T-Line 4D / 2D)

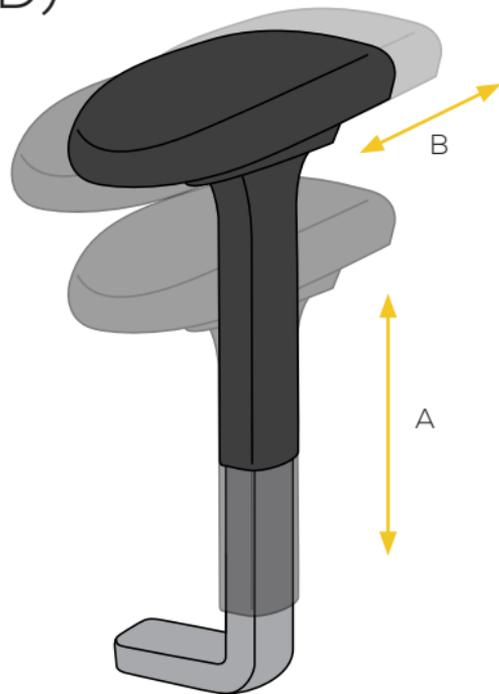
(optional)

A) Höhe (T-Line 4D & 2D)

Taste außen am Lehnenschaft nach oben drücken und die Armlehne in die gewünschte Höhe schieben. Die Armlehne rastet in mehreren Stufen ein.

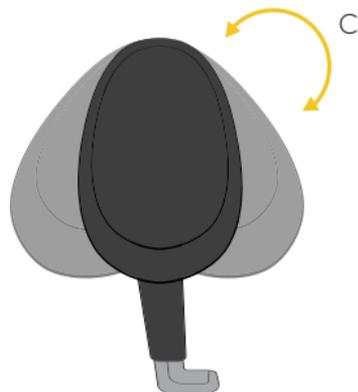
B) Tiefe (T-Line 4D & 2D)

Armauflage in die gewünschte Position nach vorne oder rückwärts schieben. (ohne Bedienungstaste)



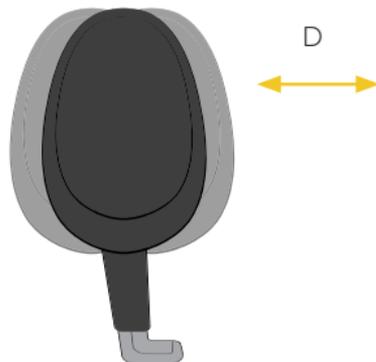
C) Drehung (T-Line 4D)

Armauflage in die gewünschte Position nach innen oder außen drehen. (ohne Bedienungstaste)



D) Weite (T-Line 4D)

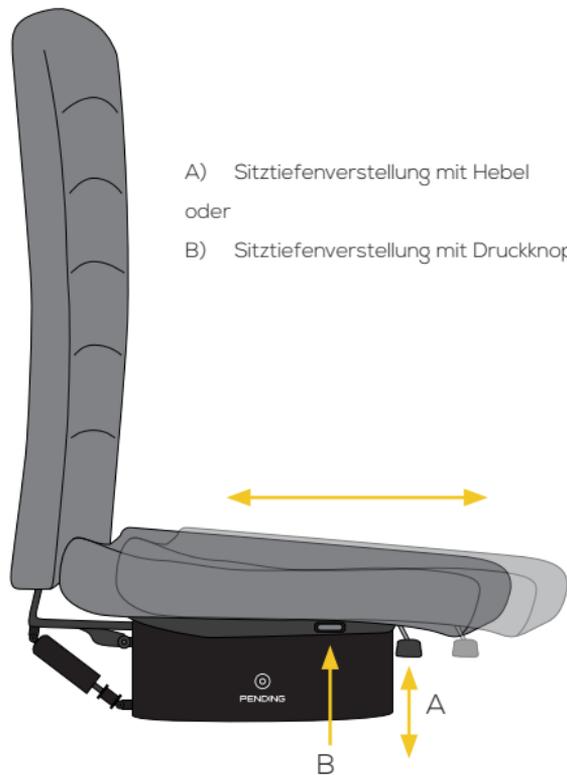
Armauflage in die gewünschte Position nach innen oder außen schieben. (ohne Bedienungstaste)



Sitztiefenverstellung

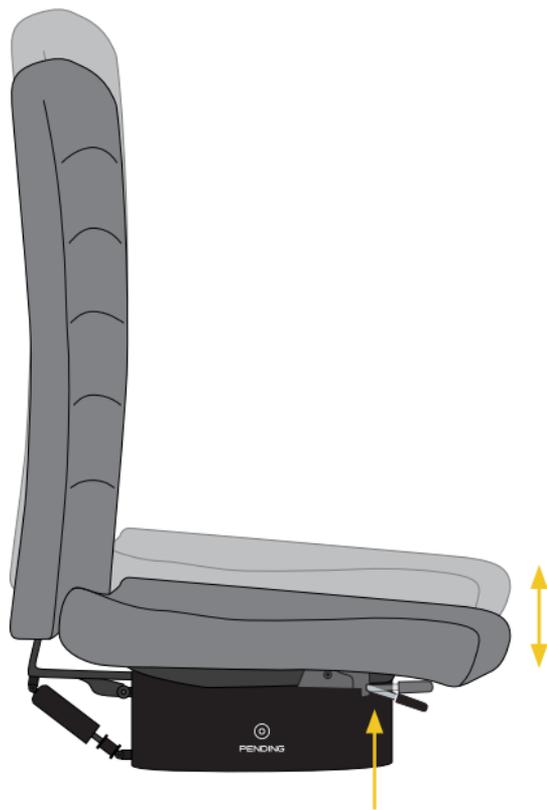
(optional)

Auf dem Stuhl sitzend betätigen Sie auf der rechten Stuhlseite den Hebel (A) oder Druckknopf (B) und ziehen die Sitzfläche nach vorne oder zurück in die gewünschte Position schieben. Die Sitzfläche rastet in mehreren Stufen ein.



Sitzhöhenverstellung

Ziehen Sie den rechten Hebel unter der Sitzfläche nach oben und entlasten dabei den Sitz von Ihrem Körpergewicht zum Höherstellen und belasten den Sitz zum Tieferstellen.



Tipps zur richtigen Stuhleinstellung

Mit welchem Hebel soll ich anfangen?

1) Sitzhöhe

Füße stehen vollflächig auf dem Boden. Knie- und Beckenwinkel ca. 90° oder etwas größer*.

2) Sitztiefe

Abstand zwischen Sitzfläche und Kniekehlen einige Finger breit. Sitztiefe einstellen (optional)

3) Armlehnen

Unterarme liegen locker auf den Armlehnen. Winkel zwischen Ober- und Unterarm ca. 90° oder etwas größer*. Schultern sind in dieser Position entsprechend weder hängend, noch werden sie hoch-gedrückt.

4) Lehnenhöhe

Oberkante der Rückenlehne reicht bis zu den Schulterblättern. Lehnenhöhe anpassen (optional)

5) Lordosenstütze

Wölbung der Lordosenstütze 2 Handflächen breit über der Sitzfläche hoch.

6) Rückenlehnen-Neigung

Rückenlehne so einstellen, dass Sie gut abgestützt werden. Optimal und dynamisch ist, wenn abwechselnd eine vorgeneigte, eine aufrechte als auch eine zurückgelehnte Sitzhaltung eingenommen wird.

*(Pending-Empfehlung, da bessere Durchblutung)

7) Arbeitsflächenhöhe

Sitzposition entsprechend der Arbeitsflächenhöhe ausrichten (Armauflagefläche und Arbeitsfläche etwa auf einer Höhe). Wenn Ihre Füße in dieser Position keinen vollflächigen Bodenkontakt mehr haben, Arbeitsflächenhöhe anpassen oder zusätzlich Fußstütze benutzen.

Hinweis

Nicht nur der Büroarbeitsstuhl allein sollte in den Fokus gerückt werden, wenn es darum geht, mehr Bewegung in den Arbeitsalltag zu bringen!

TIPP: Planen Sie den täglichen Arbeitsablauf möglichst so, dass die Bewegung am Arbeitsplatz grundsätzlich nicht zu kurz kommt. Durch abwechslungsreiche Arbeitsorganisation (Sitzen, Stehen und Gehen) und multidimensionales Sitzen mit PENDING.

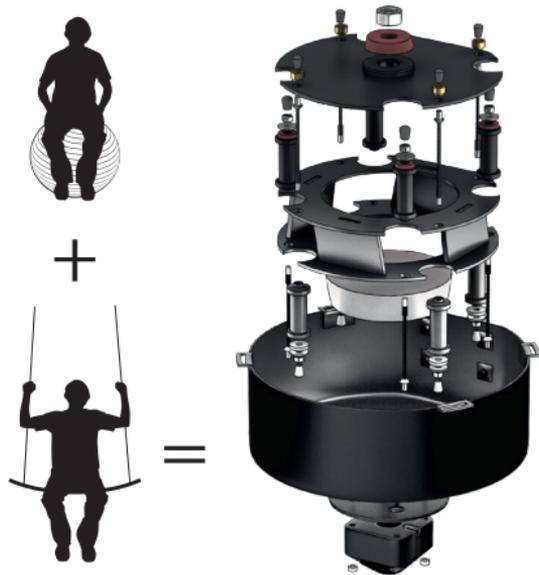


WAS SIE IN BEWEGUNG SETZT

MULTIDIMENSIONALES SITZSYSTEM

Das patentierte Pendelsystem von PENDING garantiert Ihnen ein unvergleichliches, bewegtes Sitzen. Es bietet Ihnen eine Kombination aus gesundem Sitzen, ähnlich wie auf einem "medizinischen Gymnastikball" und der automatischen Rückführung / Zentrierung des Körpers zur Mitte, wie beim Auspendeln einer Schaukel bzw. eines Pendels.

Pending bewegt!







PENDING

Manufaktur

PENDING Manufaktur GmbH & Co.KG
Ludwig-Hüttner-Straße 5-7
D-95679 Waldershof

Tel. +49 9231- 50 58 50
E-Mail. info@pending.de

www.pending.de

