

THE HÅG MOVEMENT



HÅG



NICE  
TO MEET  
YOU



## I Am HÅG Futu

**Ons lichaam is niet gemaakt om stil te zitten maar voor beweging en variatie!**

Lang stilzitten verstoort onze bloedcirculatie en is funest voor onze gezondheid. Onze voeten zijn ervoor gemaakt om ons in beweging te brengen, maar worden bij het zitten urenlang op de grond geparkeerd. Als we lopen of fietsen voelen we ons energiek omdat het bewegen van onze voeten zorgt voor een goede bloedcirculatie. We hebben dus tools nodig die ons ook tijdens de lange kantooruren helpen om weer vanuit onze voeten in beweging te komen. Deze HÅG stoel is een moderne schommelstoel die ervoor zorgt dat u, zonder er over na te denken regelmatige kleine schommelbewegingen met uw voeten maakt, die een groots effect op uw bloedcirculatie hebben. Zodat u zich fit en gezond voelt en uw lichaam soepel blijft. Het enige dat hiervoor nodig is, is een goede balansinstelling van de stoel. U leest op de achterzijde hoe gemakkelijk de stoel voor u is in te stellen.

Wij wensen u veel zitplezier!

Witteveen Projectinrichting, Ouderkerk a/d Amstel  
Tel: 020 - 496 5030 [info@witteveen.nl](mailto:info@witteveen.nl) [www.ergo-burostoel.nl](http://www.ergo-burostoel.nl)  
[www.project-inrichting.nl](http://www.project-inrichting.nl)

**Flol:k**

We zitten steeds vaker en langer stil, terwijl ons lichaam juist gemaakt is voor beweging en variatie. Daarom ontwikkelen wij stoelen die je in beweging brengen, zonder dat je er over na hoeft te denken. Schommelen is een effectieve en vooral natuurlijke manier van bewegen die de bloedcirculatie stimuleert en ons fit en vitaal houdt!



SIT ACTIVE,  
STAY  
HEALTHY

THE HÅG MOVEMENT



### ZO STELT U UW FUTU IN

HÅG Futu. Small moves. Great ideas.



#### Stap 1- Zithoogte

Met de knop links onder stel je de stoel zo hoog in dat je ongeveer een hoek van 90 graden tussen bovenen onderbeen vormt. Als je van de stoel glijdt, stel de stoel dan lager in totdat je goed in balans bent.

#### Stap 2- Zitdiepte

Door de knop rechts onder in te drukken stel je de zitdiepte in door de rugleuning naar achter te schuiven. De zitting staat goed ingesteld als je comfortabel voor- en achterover kunt bewegen en stilzit als je dat wilt.

#### Stap 3- Lendesteunhoogte

Met de knoppen aan weerszijden onder aan de rugleuning stel je de lendesteunhoogte in. Zorg ervoor dat de lendesteun goed onder in de rug steun biedt.

#### Stap 4- Schommelweerstand

Met de schuifknop rechtsonder de zitting stel je eenvoudig de schommelweerstand in. Naar buiten toe versoepel je de functie, naar binnen toe verzwaar je deze.

#### Stap 5- Vergrendeling

Links onder de zitting bevindt zich de schuifknop waarmee je de stoel kunt vastzetten in horizontale stand. De stoel kan in iedere gewenste stand worden vastgezet door eenvoudig stil te zitten (bodylock). Wij adviseren je de stoel in de losse stand te houden. Misschien heel even wennen, daarna is het juist comfortabel dat de stoel al je verschillende houdingen volgt en ondersteunt.

#### Stap 6- 3D armleggers

Met de knop aan binnenzijde van de armleggers stel je de hoogte van de armleggers in. De armleggers zijn zonder knoppen naar voor en achter te schuiven en draaibaar voor een betere ondersteuning. Met de trekknop onder de armleggerbeugel kun je de armleggers smaller of breder plaatsen.