

## FINNISH Käyttöohje

Onneksi olkoon! Olet tehnyt hyvän valinnan: Indy 6 on ergonominen ja mukava istuin monenlaiseen ja vaihtelevaan istumistyöhön.

Tutustu tarkasti näihin käyttöohjeisiin: valmistaja ei ole vastuussa vahingoista tai vammoista, jotka aiheutuvat näiden käyttöohjeiden laiminlyönnistä.

Älä käytä satulatuolia, mikäli tunnet kipua useamman viikon ajan satulatuolin käyttöönoton jälkeen. Älä käytä satulatuolia myöskään silloin, jos tasapainoistisi on lääkityksestä tai jostain muusta syystä normaalia heikompi.

Nouse satulatuoliin tuolin takaa nostamalla toinen jalka tuolin yli. Silloin ei ole pelkoa, että tuoli karkaa altasi, ja pääset heti hyvään istuma-asentoon.

Istut oikealla korkeudella, kun jalkapohjasi on tasaisesti maata vasten ja reitesi ovat n. 45 asteen kulmassa alaviistoon päin. Jalat eivät saa roikkua ilmassa.

Huomioi, että lihaksesi ja selkäsi saattaa kipeytyä aluksi käyttäessäsi satulatuolia, koska kehosi ei ole tottunut uudenlaiseen istuma-asentoon. Kivun tulisi häipyä muutaman päivän kuluessa.

Pidä selkä S-kaaressa eli lantio työntyy eteen niin, että alaselkä muodostaa luonnollisen notkon ja yläselkä on suorassa.

Mikäli käytät Indy 6 -satulatuolia työpistetyöskentelyssä, säädä pöydän korkeutta normaalia korkeammalle. Oikea pöydän korkeus auttaa pitämään selän suorana koko ajan ja estää hartialihasten jäykistymistä.

Tuolilta nouseaan eteenpäin astuen, pitämällä tukijalka lattiassa ja nostamalla toinen jalka ylös "satulasta".

Voit liikkua tuolissa istuen paikasta toiseen, mutta varo kynnyksiä, portaita ja muita esteitä tai yllättäviä paikkoja, mihin pyörät saattavat tarttua.

- tumma istuin ja kaasujousen rasva voivat värjätä vaatteesi
- istuin on aitoa nahkaa: älä sijoita Indy 6:a suoraan auringonpaisteeseen tai lämpöpatterien läheisyyteen
- tahrat poistetaan kevyesti pyyhkimällä vedellä tai miedolla pesuaineella kostutetulla kankaalla tai talouspaperilla

- kaasujouseen kannattaa suihkauttaa silloin tällöin silikonilla tai vastaavaa

- mekanismin mutterit tulee kiristää aika ajoin

## Takuu

Indy 6 -tuolilla on kahden vuoden takuu. Valmistaja ei ole vastuussa välillisistä tai satunnaisista vahingoista, kuten kaatumisesta tai törmäämisestä, tai terveysongelmista. Takuu kattaa rakenne-, raaka-aine- ja valmistusviat. Takuu ei kata mitään välillisiä seurannaisvahinkoja. Takuu ei myöskään kata kuljetuksessa tulleita vaurioita. Takuu ei koske tuotteita, joita ei ole käytetty, asennettu tai huollettu ohjeiden mukaisesti. Takuu ei myöskään kata normaaliiksi katsottavia kulumisvaurioita tai vaurioita, jotka ovat syntyneet väärän asennuksen tai puuttuvan huollon seurauksena.

## Lisävarusteet

Kysy myös lisävarusteista Indy 6 -tuoliin eli erilaisista pyöristä, eri mittaisista kaasujousista ja korotuspaloista, jalkarenkasta ja liukunastoista.

## SWEDISH Bruksanvisning

Vi gratulerar! Du har gjort ett fint val: Indy 6 är en ergonomisk och bekväm sadelstol för mångsidigt och varierande sittarbete.

Sätt dig omsorgsfullt in i den här bruksanvisningen: tillverkaren är inte ansvarig för sådana olyckshändelser eller skador som beror på underlåtelse att följa bruksanvisningen.

Använd inte sadelstolen om du känner smärtor i flera veckor efter att du tagit sadelstolen i bruk. Använd heller inte sadelstolen ifall ditt balanssinne försvagat på grund av medicinering eller någon annan orsak.

Stig på sadelstolen bakifrån, genom att lyfta det ena benet över stolen. Då föreligger inte fara för att stolen skall slinta iväg under dig och du får genast en bra sittställning.

Du sitter på lämplig höjd då dina fotsulor är plant mot golvet och dina lår är i en ca 45 graders vinkel snett neråt. Fötterna får inte hänga fritt.

Notera att du till en början, efter att du tagit stolen i bruk, kan ha smärtekänningar i musklerna och ryggen. Detta beror på att din kropp inte vant sig vid den nya sittställningen. Smärtekänningarna borde försvinna inom några dagar.

Håll din rygg i en S-båge, d.v.s. höften skjuts fram så att nedre ryggen har en naturlig svanka och övre ryggen är rak.

Ifall du använder Indy 6-sadelstolen vid ditt arbetsbord, ställ då in bordet högre än normalt. Riktig bordshöjd hjälper till att hålla ryggen rak hela tiden och förhindrar spänning i axlarna.

Man stiger upp från stolen framåt, genom att hålla ena foten stödd mot golvet och lyfta den andra upp från "sadeln".

Du kan flytta på dig i sittande ställning, men akta dig för trösklar, trappor och andra hinder eller överraskande ställen, där hjulen kan ta fast.

## Service

- den mörka sitsen och gasfjädersn olja kan missfärga dina kläder
- sitsen är av äkta läder: utsätt inte Indy 6 för direkt solljus och placera den inte invid ett värmeelement
- eventuella fläckar avlägsnas genom att lätt torka av dem med en trasa eller hushållspapper som fuktats med vatten eller ett mildt rengöringsmedel
- det lönar sig att spraya gasfjädersn då och då med silikon eller motsvarande
- mekanismens muttrar bör dras åt med jämna mellanrum

## Garanti

Indy 6-stolen har två års garanti. Tillverkaren svarar inte för indirekta eller sporadiska skador som t.ex. det att man faller, kolliderar eller ådrar sig hälsoproblem. Garantin omfattar konstruktions-, material- och tillverkningsfel. Garantin täcker inga som helst indirekta följdskador. Garantin täcker inte heller skador som uppstått vid transporten. Garantin gäller inte för produkter som inte använts, monterats eller servats enligt anvisningar. Garantin täcker inte heller slitageskador eller skador som kan anses vara normala, som är en följd av felaktig montering eller brist på service.

## Extrautrustning

Hör dig också för om Indy 6-stolens extrautrustning: olika hjul, gaslifts och höjningssatser med olika mått, fotring och gliddubbar.

## ENGLISH

### Instructions for use

Congratulations! You have made an excellent choice: Indy 6 is an ergonomic and comfortable saddle chair for many different kinds of work in a sitting position.

Get to know these instructions of use thoroughly: the manufacturer is not responsible for damages or injuries that are a result of neglecting the instructions.

Do not use the saddle chair if you feel pain several weeks after taking the saddle chair into use. Do not use the saddle chair when your balance is weaker than normally because of medication or some other reason.

Mount the saddle chair from behind, by lifting the other leg over the chair. When doing so there is no danger for the chair to slip off and you get a good sitting position immediately.

Your sitting height is correct when your soles lean flat against the floor and your thighs are in a 45 degree angle downwards. Your legs should not hang freely.

Please note that your muscles and back might get sore to start with when using the saddle chair because your body is unaccustomed to this new sitting position. The soreness should disappear within a few days.

Keep your back in a S-shaped bow, meaning that your pelvis is pushed forwards and your lower back will have a natural sagging and the upper back is straight.

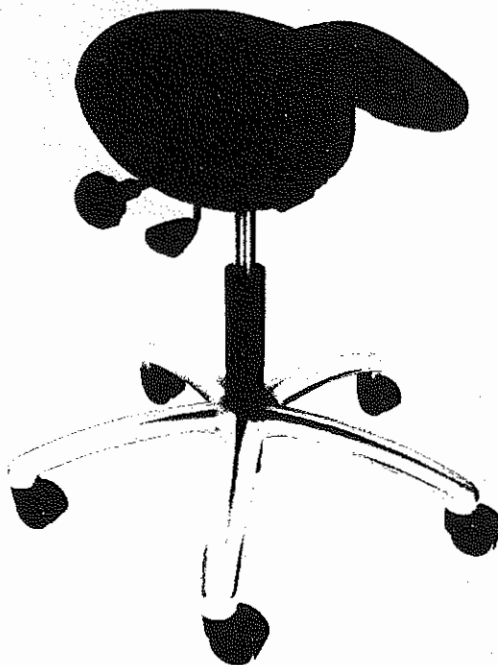
When using the Indy 6 saddle chair next to your desk, adjust the desk higher than normally. A proper desk height helps you in keeping your back straight all the time and prevents your shoulder muscles from getting stiff.

You dismount the chair by stepping forwards, propping up the other leg against the floor and lifting the other off the "saddle".

You can move around sitting in the chair but mind thresholds, stairs and other obstructions or unforeseen places where the wheels might stick.

### maintenance

- the dark seat and the grease in the gas spring could stain your clothes
- the seat is made of genuine leather: do not place the Indy 6 in direct bright sunshine or near a radiator
- the stains can be removed by wiping them off with a cloth or paper moistened with water or a light cleaning liquid
- it is recommended that the gas spring is sprayed time by time with silicon or similar
- the nuts of the mechanism should be tightened every now and then



### Guarantee

We grant the Indy 6 chair a two years guarantee. The manufacturer is not responsible for indirect or sporadic damages, such as falling, collision or health problems. The guarantee covers construction, material and manufacturing defects. The guarantee does not cover any consequential losses. Neither does the guarantee cover damages caused by the transport. The guarantee does not apply to products that are not used, assembled or serviced in accordance with the instructions. The guarantee does as well not cover wear damages considered to be normal or damages relating to incorrect assembly or lack of maintenance.

### Optional equipment

Ask for optional equipment for the Indy 6 chair, such different kinds of wheels, gas lifts and elevation sets of various measures, foot rings and glide -slide pins.