

THE HÅG MOVEMENT



I Am HÅG SoFi

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.

Uw lichaam heeft misschien even tijd nodig om te wennen, maar al snel zullen uw voeten het ritme te pakken hebben en is lang stilzitten geen optie meer. Wij wensen u veel zitplezier!

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!

Geniet van een werkdag vol beweging en variatie op deze HÅG Sofi!



HÅG Sofi

Zo stelt u uw stoel in

Stand out. Fit in.



1 – Zithoogte

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

2 - Zitdiepte

Door de schuifknop rechts van de stoel naar achteren te duwen vergroot u de zitdiepte; door de schuifknop naar voren te duwen verkleint u deze. De zitting staat goed ingesteld als u ca. een vuistruimte overhoudt tussen het einde van de zitting en uw knieholte en comfortabel voor- en achterover kunt bewegen of stilzit als u wilt.

3 – Lendesteunhoogte

Met de schuifknop achter op de rugleuning stelt u de lendesteunhoogte in. Zorg ervoor dat de lendesteun goed onder in de rug steun biedt.

4 – Schommelfunctie

Met de schuifknop rechtsonder de zitting stelt u eenvoudig de weerstand van het schommelmechanisme in, naar buiten toe versoepelt u de functie, naar binnen toe verzwaart u deze.

5 – Vergrendeling

Links onder de zitting zit de schuifknop waarmee u de stoel kunt vastzetten in horizontale stand. Wij adviseren u om de stoel in de losse schommelstand te houden. Misschien heel even wennen, daarna is het juist comfortabel dat de stoel al uw verschillende houdingen volgt en ondersteunt en stil staat als u dat wilt (bodylock).

6 – Armlegger hoogte

Met de knop aan de binnenzijde van de armleggers stelt u de hoogte van de armleggers in. *Optioneel: de slideback armleggers zijn eenvoudig zonder knoppen naar voor en achter te bewegen zodat deze nooit meer een belemmerende factor vormen.

7 – Armlegger breedte

Door de hendels onder de stoel, net voor de armleggers naar beneden te plaatsen stelt u eenvoudig de breedte tussen de armleggers in.