

Поздравляем!

Вы стали частью семьи людей, которые любят себя и сидят на Смартстульях. Это значительный шаг навстречу своему здоровью. Благодарим за доверие в выборе нашей продукции!

Помните о том, что здоровье позвоночника зависит от комплексного подхода:

- регулярные физические упражнения,
- эргономичное рабочее место,
- перерывы в процессе сидения каждые 45 минут.

Пусть наша продукция будет Вам во благо!

Когда Вы ощутите всю пользу Смартстула, мы просим Вас помочь нам в распространении знания о правильной посадке и безопасном сидении. Пожалуйста, поделитесь своим опытом с теми, кто еще не знает о правильных стульях. Оставьте честный искренний отзыв на сайтах otzovik.com или irecommend.ru.

Именно благодаря Вашему отзыву кто-то избавится от проблем со спиной и сохранит свое здоровье!

Настройка стула-седла S01

Регулировка высоты сиденья осуществляется во время сидения на стуле: слегка приподымайтесь и тяните вверх рычаг либо надавливайте на сиденье весом тела. Опущенный вниз рычаг фиксирует выбранную высоту.

Очень важно использовать стул-седло правильно!

Это поможет снизить нагрузку на позвоночник во время сидячей работы до минимума, достичь максимального эффекта поддержания правильной осанки и длительного комфорта.

1. Высота сиденья должна быть отрегулирована максимально высоко на Ваш рост до момента, когда ступни начинают отрываться от пола. Колени разведены в стороны. При таком положении ног таз естественным образом наклоняется вперед, поясница сохраняет естественный изгиб (лордоз) и расправляется грудной отдел позвоночника.
2. Высота стола необходима больше стандартной и определяется расстоянием от пола до локтя.
3. Монитор должен находиться на уровне глаз, чтобы избежать наклона головы и излишнего напряжения мышц шеи. Например, его можно закрепить с помощью кронштейна. (см. на нашем сайте)
4. Если стул используется ребенком или человеком небольшого роста и ступни не стоят плотно на полу, то необходимо заменить стандартный газлифт на укороченный.
5. Стул рассчитан на вес до 100 кг. Для людей с весом более 100 кг или ростом более 185 см можно докупить удлиненный или усиленный газлифт.
6. Период привыкания к новой посадке обычно от 3-х до 14-ти дней.



Видео-инструкцию по настройкам смотрите на нашем канале YouTube: "Smartstool S01" или на нашем сайте www.smartstool.ru