

AKTEVIO 10

hjh.[®]
OFFICE

DEUTSCH

Einleitung

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Produkt von hjh OFFICE entschieden haben.

Bitte lesen Sie die folgende Anleitung aufmerksam durch.

Darstellungen können von der tatsächlichen Ausführung abweichen.

Aus Gründen der Übersicht können nicht alle denkbaren Montagevarianten beschrieben werden.

Wenn Sie weitere Informationen und Hilfe benötigen, kontaktieren Sie uns bitte:

Tel.: +49-881-924521-10

eMail: service@buerostuhl24.com

Sicherheitshinweise:

Der JUTBALL ist eine alternative Möglichkeit des Sitzens. Er ersetzt keinen hochwertigen Bürostuhl und ist nicht geeignet für längeres Sitzen oder als Spielzeug oder als Sportartikel für den intensiven Gebrauch.

Sollten Rückenbeschwerden oder andere gesundheitliche Bedenken vorliegen, fragen Sie vor Verwendung des JUTBALL Ihren Arzt.

Wir empfehlen eine Nutzungsdauer von 15 - 45 Minuten am Stück.

Bitte pumpen Sie den JUTBALL nicht über 65 cm Durchmesser auf. Je nach Größe und Beinlänge werden nur zwischen 50 cm und 60 cm empfohlen.

Der Händler und der Hersteller übernehmen keine Haftung für Unfälle oder Schäden an Personen oder Sachwerten, resultierend aus unsachgemäßer Verwendung.

Seien Sie vorsichtig mit scharfen Gegenständen oder Kanten in der Nähe des JUTBALL.

Vermeiden Sie große Erschütterungen oder übermäßige Bewegungen während des Sitzens.

Zur Sicherheit sollten sie die Verwendung des Sitzballs während der Schwangerschaft vermeiden.

Stellen Sie sicher, dass die Raumtemperatur konstant ist. Bei größeren Temperaturschwankungen wird der Luftdruck im JUTBALL merklich zunehmen oder abnehmen. In diesem Fall muss der Ball auf die passende Größe aufgepumpt werden.

Aufpumpen:

Schritt 1: Legen Sie die innere Kugel in den Textilbezug und stellen Sie sicher, dass sich das Ventil bei der Reißverschlussöffnung befindet.

Schritt 2: Nutzen Sie die beiliegende Pumpe, oder eine andere handelsübliche Hand-, Fuß- oder Fahrradpumpe mit passendem Aufsatz. Entfernen Sie die Kappe vom Ventil, setzen Sie den Pumpenanschluss in das Ventil und pumpen Sie den JUTBALL auf.

Schritt 3: Sobald der Ball fast vollständig aufgeblasen ist, ziehen Sie die Seiten des Reißverschlusses zusammen und schließen Sie den Reißverschluss so weit wie möglich. Pumpen Sie nun den JUTBALL bis zur gewünschten Größe auf.

Schritt 4: Entfernen Sie den Pumpenanschluss vom Ventil und schließen Sie das Ventil schnell mit der Kappe. Schließen Sie dann vorsichtig den Reißverschluss.

Verwendung:

Stellen Sie sicher, dass Sie gerade und oben auf der Mitte des Balls sitzen.

Die Knie sollten tiefer als das Becken sein und die Oberschenkel nach unten geneigt sein.

Die Unterarme sollten richtig auf dem Schreibtisch positioniert sein.

Wir empfehlen eine Nutzungsdauer von 15 - 45 Minuten am Stück, maximal 2 bis 3 Stunden am Tag.

Möchten Sie den JUTBALL aufpumpen, so öffnen Sie den Reißverschluss und ziehen sie den Stift des Ventils heraus.

Pumpen Sie den Ball gemäß den der Aufpump-Anweisungen wieder auf.

Maximales Belastung: 120 kg.

Stellen Sie sicher, dass die Raumtemperatur konstant ist. Temperaturunterschiede können dazu führen, dass sich die innere Kugel ausdehnt oder schrumpft.

Der Bezug kann mit einem Handwaschprogramm bei 30 Grad in der Maschine gewaschen werden.

ENGLISH

Introduction

Thank you for purchasing a hjh OFFICE product.

Please read the following instructions carefully.

Illustrations may slightly differ from the actual execution.

For reasons of clarity, not all conceivable assembly variants can be described.

If you need more information and help, please contact us:

Tel .: +44 (0) 203 318 5230

email: service@hjh-office.co.uk

Safety information:

The JUTBALL is an alternative way of sitting. It does not replace a high-quality office chair and is not suitable for extended sitting, as a toy, or as a sporting item for intensive use.

If you have back problems or other health concerns, ask your doctor before using the JUTBALL.

Even if you are not suffering from any such complaints, it is recommended that you only sit on the JUTBALL for 15 to 45 minutes at a time.

Please do not inflate the JUTBALL to over 65 cm in diameter. Depending on size and leg length, inflation to between 50 cm and 60 cm is recommended.

The retailer and the manufacturer assume no liability for accidents or damage to persons or property resulting from improper use.

Be careful with sharp objects or edges near the JUTBALL.

Avoid forceful jolts or excessive movement while sitting.

Avoid use during pregnancy due to the risk of tipping over and potential injury.

Make sure the room temperature is constant. In the event of significant temperature fluctuations, the air pressure in the JUTBALL will increase or decrease significantly. In this case, the ball must be inflated to the appropriate size.

Inflation:

Step 1: Place the inner ball inside the textile cover and make sure that the valve is at the zip opening.

Step 2: Use the pump provided or another commercially available hand, foot or bicycle pump with a suitable attachment.

Remove the cap from the valve, insert the pump connector into the valve and pump up the JUTBALL.

Step 3: Once the ball is almost completely inflated, pull the sides of the zip together and close the zip as much as possible. Now inflate the JUTBALL to the desired size.

Step 4: Remove the pump connector from the valve and quickly close the valve with the cap.

Then carefully close the zip.

Use:

Make sure you are sitting straight and on top of the centre of the ball.

Do not sit at an angle, as you could slip off the ball

The knees should be lower than the pelvis and the thighs should be angled downwards.

The forearms should be properly positioned on the desk.

Only use the JUTBALL for 15 to 45 minutes at a time, and for a maximum of 2 to 3 hours a day.

If you want to inflate the JUTBALL, open the zip and pull out the valve pin.

Inflate the ball according to the inflation instructions.

Maximum load: 120 kg.

Make sure the room temperature is constant. Differences in temperature can cause the inner ball to expand or shrink.

The cover can be machine washed on a hand wash program at 30 degrees.

FRANCAIS

Introduction

Merci d'avoir choisi un produit hjh OFFICE. Veuillez lire attentivement les instructions suivantes.

Les représentations peuvent différer de l'exécution réelle. Pour des raisons de clarté, toutes les variantes d'assemblage imaginables ne peuvent pas être décrites.

Si vous avez besoin de plus d'informations et d'aide, veuillez nous contacter:

Tel.: +33 (0) 184 884 443

eMail: service@hjh-office.fr

Consignes de sécurité

Le JUTBALL est une autre manière de s'asseoir. Il ne remplace pas une chaise de bureau de haute qualité et n'est pas adapté à une assise prolongée ou encore utilisé en tant que jouet ou article de sport à usage intensif.

Si vous avez des problèmes de dos ou d'autres problèmes de santé, demandez à votre médecin avant d'utiliser le JUTBALL. Même si vous ne souffrez pas, il est recommandé de rester seulement 15 à 45 minutes sur le JUTBALL à chaque fois.

Veuillez ne pas gonfler le JUTBALL à plus de 65 cm de diamètre. Selon votre taille et la longueur de vos jambes, le diamètre recommandé est compris entre 50 cm et 60 cm.

Le revendeur et le fabricant déclinent toute responsabilité en cas d'accidents ou de dommages aux personnes ou aux biens résultant d'une mauvaise utilisation.

Faites attention aux objets pointus ou aux bords tranchants à proximité du JUTBALL.

Évitez les fortes secousses ou les mouvements excessifs en position assise.

Évitez de l'utiliser pendant la grossesse, en raison du risque de basculement et de blessures possibles.

Assurez-vous que la température ambiante est constante. En cas de fluctuations de température importantes, la pression de gonflage dans le JUTBALL augmentera ou diminuera sensiblement. Dans ce cas, le ballon doit être gonflé à la taille appropriée.

Gonflage :

Étape 1 : Placez la bille intérieure dans la housse textile et assurez-vous que la valve se trouve au niveau de l'ouverture de la fermeture à glissière.

Étape 2 : Utilisez la pompe fournie ou une autre pompe à main, à pied ou à vélo disponible dans le commerce avec un accessoire adapté. Retirez le capuchon de la valve, insérez le raccord de la pompe dans la valve et gonflez le JUTBALL.

Étape 3 : Une fois que le ballon est presque intégralement gonflé, tirez en même temps les côtés de la fermeture à glissière et fermez-la autant que possible. Gonflez maintenant le JUTBALL à la taille souhaitée.

Étape 4 : Retirez le raccord de la pompe de la valve et fermez rapidement la valve avec son capuchon. Fermez ensuite soigneusement la fermeture à glissière.

Utilisation :

Assurez-vous que vous êtes assis droit et sur le centre du ballon.

Ne vous asseyez pas sur un côté, car vous pourriez glisser du ballon.

Les genoux doivent être plus bas que le bassin et les cuisses doivent être inclinées vers le bas.

Les avant-bras doivent être correctement positionnés sur le bureau.

N'utilisez le JUTBALL que pendant 15 à 45 minutes à chaque fois, pour un maximum de 2 à 3 heures par jour.

Si vous souhaitez gonfler le JUTBALL, ouvrez la fermeture à glissière et retirez la goupille de la valve.

Gonflez le ballon conformément aux instructions de gonflage.

Capacité de charge maximale : 120 kg.

Assurez-vous que la température ambiante est constante. Les différences de température peuvent entraîner la dilatation ou la rétraction de la bille intérieure.

La housse peut être lavée en machine avec un programme lavage à la main à 30 degrés.

ESPAÑOL

Introducción

Muchas gracias por la compra de un producto de hjh OFFICE.

Por favor, lea atentamente las siguientes instrucciones.

Ilustraciones pueden diferir del diseño real.

Para mantener la información clara no es posible de describir todas opciones de montaje posibles.

En caso que necesita más informaciones o ayuda, le invitamos de contactarnos:

Tel.: +34 (0) 911 983 533

eMail: service@hjh-office.es

Instrucciones de seguridad:

La JUTBALL es una forma alternativa de sentarse. No sustituye a una silla de oficina de alta calidad y no es adecuada para estar sentado durante mucho tiempo ni como juguete o artículo deportivo de uso intensivo. Si tiene problemas de espalda u otros problemas de salud, consulte a su médico antes de utilizar la JUTBALL. Incluso si no tiene problemas de ningún tipo, sólo se recomienda de 15 a 45 minutos continuados en la JUTBALL. Por favor, no sobrepase los 65 cm de diámetro al inflar la JUTBALL. Dependiendo de la talla y longitud de las piernas, sólo se recomiendan entre 50 cm y 60 cm.

El distribuidor y el fabricante no asumen ninguna responsabilidad por accidentes o daños a personas o bienes derivados de un uso inadecuado.

Tenga cuidado con los objetos o bordes afilados cerca de la JUTBALL.

Evite sacudidas fuertes o movimientos excesivos mientras esté sentado.

Evite su uso durante el embarazo debido al riesgo de vuelco y posibles lesiones.

Asegúrese de que la temperatura ambiente es constante. Si hay grandes fluctuaciones de temperatura, la presión del aire en la JUTBALL aumentará o disminuirá notablemente. En este caso, la pelota debe inflarse al tamaño apropiado.

Inflado:

Paso 1: Coloque la bola interior dentro de la funda textil y asegúrese de que la válvula está en la apertura de la cremallera.

Paso 2: Utilice la bomba incluida u otra bomba de mano, de pie o de bicicleta disponible en el mercado con un accesorio adecuado. Retire el tapón de la válvula, inserte el conector de la bomba en la válvula y bombee la JUTBALL.

Paso 3: Una vez que el balón esté casi totalmente inflado, tire de los lados de la cremallera y ciérrela tanto como sea posible. Ahora infle la JUTBALL al tamaño deseado.

Paso 4: Retire el conector de la bomba de la válvula y cierre rápidamente la válvula con el tapón. A continuación, cierre con cuidado la cremallera.

Uso:

Asegúrese de estar sentado totalmente recto y sobre la parte superior del centro de la pelota. No se sienta en ángulo, podría resbalarse de la pelota

Las rodillas deben estar más bajas que la pelvis y los muslos deben estar inclinados hacia abajo.

Los antebrazos deben estar correctamente colocados sobre el escritorio.

Utilice la JUTBALL sólo de 15 a 45 minutos continuados, durante un máximo de 2 a 3 horas al día.

Si quieres inflar la JUTBALL, abra la cremallera y extraiga el pasador de la válvula. Infle la pelota de acuerdo a las instrucciones de inflado.

Carga máxima: 120 kg.

Asegúrese de que la temperatura ambiente sea constante. Las diferencias de temperatura pueden hacer que la esfera interior se expanda o se encoja.

La funda se puede lavar a máquina a 30 grados con un programa de lavado a mano.

ITALIANO

Introduzione

Grazie per aver scelto uno dei prodotti hjh OFFICE.

Si prega di leggere attentamente le seguenti istruzioni.

Le rappresentazioni possono differire dall'effettiva esecuzione.

Per ragioni di chiarezza, non tutte le varianti di montaggio concepibili possono essere descritte.

Se hai bisogno di maggiori informazioni o d'aiuto, ti preghiamo di contattarci:

Tel.: +39 (0) 294 757 836

eMail: service@hjh-office.it

Avviso di sicurezza:

JUTBALL è un modo alternativo di sedersi. Non sostituisce una sedia da ufficio di qualità elevata, non è adatta per una seduta prolungata, come giocattolo o come articolo sportivo per un uso intenso.

In caso di problemi alla schiena o altri problemi di salute, consultare il medico prima di usare JUTBALL.

Anche in assenza di segnalazioni, si consiglia l'utilizzo di JUTBALL solo 15 - 45 minuti alla volta.

Si prega di non gonfiare JUTBALL a un diametro superiore a 65 cm. A seconda della taglia e della lunghezza della gamba, si consigliano solo tra 50 cm e 60 cm.

Il rivenditore e il produttore non si assumono alcuna responsabilità per incidenti o danni a persone o cose derivanti da un uso improprio.

Fare attenzione con oggetti o bordi taglienti vicino a JUTBALL.

Evitare forti scosse o movimenti eccessivi da seduti.

Evitare l'uso durante la gravidanza a causa del rischio di ribaltamento e possibili lesioni.

Assicurarsi che la temperatura della stanza sia costante. In caso di maggiori sbalzi di temperatura, la pressione dell'aria in JUTBALL aumenterà o diminuirà sensibilmente. In questo caso, la palla deve essere gonfiata fino a raggiungere la misura appropriata.

Gonfiare:

Passaggio 1: posizionare la sfera interna nella fodera in tessuto e assicurarsi che la valvola si trovi all'apertura della cerniera.

Passaggio 2: utilizzare la pompa inclusa o un'altra pompa manuale, a pedale o da bicicletta disponibile in commercio con un accessorio adatto. Rimuovere il tappo dalla valvola, inserire il connettore della pompa nella valvola e gonfiare JUTBALL.

Passaggio 3: una volta che la palla è quasi completamente gonfia, unire i lati della cerniera e chiudere la cerniera il più possibile. Ora gonfiare JUTBALL alla misura desiderata.

Passaggio 4: rimuovere il connettore della pompa dalla valvola e chiudere rapidamente la valvola con il tappo. Quindi chiudere accuratamente la cerniera.

Uso:

Assicurarsi di essere seduti dritti, al centro della palla.

Non sedersi ad angolo, si correrebbe il rischio di scivolare via dalla palla

Le ginocchia dovrebbero essere più basse del bacino e le cosce essere inclinate verso il basso.

Gli avambracci dovrebbero essere posizionati correttamente sulla scrivania.

Utilizzare JUTBALL solo per 15-45 minuti alla volta, per un massimo di 2 o 3 ore al giorno.

Se si vuole gonfiare JUTBALL, aprire la cerniera ed estrarre il perno della valvola. Gonfiare la palla secondo le istruzioni di gonfiaggio.

Carico massimo: 120 kg.

Assicurarsi che la temperatura della stanza sia costante. Le differenze di temperatura possono causare l'espansione o il restringimento della sfera interna.

La fodera può essere lavata in lavatrice con un programma di lavaggio a mano a 30 gradi.

NEDERLANDS

Inleiding

Bedankt voor uw aankoop van uw hjh OFFICE bureaustoel of bureaumeubel.

Leest u svp de volgende instructies graag aandachtig door.

Het is mogelijk dat de afbeeldingen wat afwijken van het eigenlijke ontwerp.

Omwille van de duidelijkheid kunnen niet alle mogelijke montagevarianten worden beschreven.

Als u meer informatie en hulp nodig heeft, neemt u dan contact met ons op, op het volgende telefoonnummer:

Tel.: +31 (0) 26 - 353 0 253

eMail: info@bureaustoel24.nl

Veiligheidsinstructies:

De JUTBALL is een alternatieve manier van zitten. Hij vervangt geen hoogwaardige bureaustoel en is niet geschikt om langdurig op te zitten of voor gebruik als speelgoed of als sportartikel voor intensief gebruik.

Raadpleeg uw arts voordat u de JUTBALL gebruikt als u rugklachten of andere gezondheidsproblemen hebt. Ook als u geen klachten hebt, wordt slechts 15 tot 45 minuten per keer op de JUTBALL aanbevolen.

Blaas de JUTBALL niet op tot een diameter van meer dan 65 cm. Al naargelang van de lichaamslengte en beenlengte, wordt alleen tussen de 50 cm en 60 cm aanbevolen.

De speciaalzaak en de fabrikant aanvaarden geen aansprakelijkheid voor ongevallen of schade aan personen of eigendommen als gevolg van ondeskundig gebruik.

Wees voorzichtig met scherpe voorwerpen of randen in de buurt van de JUTBALL.

Vermijd sterke schokken of overmatige bewegingen tijdens het zitten.

Vermijd het gebruik tijdens de zwangerschap vanwege het risico op kantelen en mogelijk letsel.

Zorg ervoor dat de kamertemperatuur constant is. Bij grote temperatuurschommelingen zal de luchtdruk in de JUTBALL merkbaar toenemen of afnemen. In dit geval moet de bal worden opgeblazen tot de juiste maat.

Opblazen:

Stap 1: Plaats de binnenbal in de stoffen hoes en zorg ervoor dat het ventiel bij de ritsopening zit.

Stap 2: Gebruik de bijgeleverde pomp of een andere in de handel verkrijgbare hand-, voet- of fietspomp met een geschikt opzetstuk. Verwijder de ventieldop, plaats het mondstuk van de pomp in het ventiel en blaas de JUTBALL op.

Stap 3: Zodra de bal bijna volledig is opgeblazen, trekt u de randen van de ritssluiting naar elkaar toe en sluit u de ritssluiting zo ver mogelijk. Blaas nu de JUTBALL op tot de gewenste maat.

Stap 4: Verwijder het mondstuk van de pomp van het ventiel en sluit het ventiel snel met de dop. Sluit vervolgens voorzichtig de ritssluiting.

Gebruik:

Zorg ervoor dat u rechtop en bovenop het midden van de bal zit.

Ga niet schuin zitten, u zou van de bal kunnen glijden

De knieën moeten zich lager bevinden dan het bekken en de dijen moeten omlaag hellen.

De onderarmen moeten correct op het bureau rusten.

Gebruik de JUTBALL slechts 15 tot 45 minuten per keer, maximaal 2 tot 3 uur per dag.

Als je de JUTBALL wilt opblazen, open dan de ritssluiting en trek de ventielen eruit. Blaas de bal op volgens de instructies voor het opblazen.

Maximale belasting: 120 kg.

Zorg ervoor dat de kamertemperatuur constant is. Door temperatuurverschillen kan de binnenbal uitzetten of krimpen.

De hoes kan in de machine gewassen worden op een handwasprogramma op 30 graden.

SUOMALAINEN

Johdanto

Suuret kiitokset siitä, että valitsit hjh OFFICE -tuotteen.

Lue seuraava ohje huolellisesti.

Kuvat saattavat poiketa todellisesta tuotteesta.

Yleiskuvan säilyttämisen vuoksi kaikkia mahdollisia asennusvaihtoehtoja ei voida kuvata.

Jos tarvitset lisätietoja ja ohjeita, ota yhteyttä:

Puh.: + 49 (0) 88192452110

Sähköposti: service@hjh-office.fi

Turvaohjeet:

JUTBALL on vaihtoehtoinen istumismahdollisuus. Se ei korvaa laadukasta toimistotuolia eikä sovellu pidempiaikaiseen istumiseen eikä leluksi tai urheiluvälineeksi intensiiviseen käyttöön.

Jos kärsit selkävaivoista tai muista terveysongelmista, keskustele lääkärisi kanssa ennen JUTBALLin käyttöä.

Vaikkei vaivoja olisikaan, JUTBALLia suositellaan käytettäväksi vain 15-45 minuuttia kerrallaan.

Älä pumpppaa JUTBALLia niin täyteen, että sen halkaisija ylittää 65 cm. Koosta ja jalan pituudesta riippuen suositellaan 50-60 cm:n halkaisijaa.

Myyjä ja valmistaja eivät vastaa tapaturmista tai henkilö- tai omaisuusvahingoista, jotka johtuvat tuotteen asiaankuulumattomasta käytöstä.

Varo teräviä esineitä tai reunoja JUTBALLin läheisyydessä.

Vältä voimakasta tärinää tai liian suuria liikkeitä istuessasi.

Käyttöä tulee välttää raskauden aikana kaatumisriskin ja mahdollisten loukkaantumisvaarojen vuoksi.

Varmista, että huoneen lämpötila pysyy tasaisena. Jos lämpötila vaihtelee reilummin, JUTBALLin ilmanpaine kasvaa tai laskee huomattavasti. Siinä tapauksessa pallo tulee pumpata sopivan kokoiseksi.

Pallon täyttäminen pumppaamalla:

Vaihe 1: Aseta sisäpallo tekstiilipäällyksen sisään ja varmista, että venttiili on vetoketjullisen aukon kohdalla.

Vaihe 2: Käytä mukana tullutta pumpppua tai muuta yleisesti myynnissä olevaa käsi-, jalka- tai polkupyöräpumpppua, jossa on sopiva suukappale. Irrota korkki venttiilistä, aseta pumpun liitin venttiiliin ja pumpppaa JUTBALL täyteen.

Vaihe 3: Kun pallo on täysi, vedä vetoketjun puoliskot yhteen ja sulje vetoketju mahdollisimman huolellisesti.

Pumpppaa nyt JUTBALL halutun kokoiseksi.

Vaihe 4: Irrota pumpun liitin venttiilistä ja sulje venttiili nopeasti korkilla. Sulje sitten vetoketju varovasti.

Käyttö:

Varmista, että istut suorassa ja ylhäällä pallon keskellä.

Älä istu vinossa, sillä voisit luiskahtaa pois pallon päältä.

Polven tulee olla alempana kuin lantio, ja reiden tulee olla viistosti alaspäin.

Kyynärvarsien tulee olla oikeassa asennossa työpöydällä.

Käytä JUTBALLia vain 15-45 minuutin ajan kerrallaan, enintään 2-3 tuntia päivässä.

Jos haluat pumpata JUTBALLin täyteen, avaa vetoketu ja vedä venttiiliin tappi ulos. Pumpppaa pallo jälleen täyteen pumpppausohjeiden mukaan.

Maksimikuormitus: 120 kg

Varmista, että huoneen lämpötila pysyy tasaisena. Lämpötilan vaihtelu saattaa saada pallon sisäpinnan laajenemaan tai kutistumaan.

Päällyksen voi pestä koneessa 30 asteen käsinpesuohjelmassa.

DANSK

Indledning

Først vil vi gerne takke dig for at have valgt et produkt fra hjh OFFICE.

Læs denne vejledning grundigt igennem.

Fremstillinger her kan afvige fra den faktiske udførelse.

Da dette er en oversigt, kan der være opsætningsvarianter, som ikke er beskrevet.

Hvis du har behov for flere oplysninger og hjælp, tag endelig kontakt til os:

Tel.: + 49 (0) 88192452110

eMail: service@hjh-office.dk

Sikkerhedsoplysninger:

JUTBALL er en alternativ måde at sidde på. Den erstatter ikke en kontorstol af høj kvalitet og er ikke egnet til at sidde på i længere tid eller som legetøj eller sportsartikel til intensiv brug.

Hvis du har rygproblemer eller andre sundhedsmæssige problemer, så spørg din læge, inden du bruger JUTBALL.

Selv uden rygproblemer anbefales kun 15 til 45 minutter ad gangen på JUTBALL.

Undlad at puste JUTBALL op til over 65 cm i diameter. Afhængigt af størrelse og benlængde anbefales kun mellem 50 cm og 60 cm.

Forhandleren og producenten påtager sig intet ansvar for ulykker eller skader på personer eller ejendom, der skyldes forkert brug.

Vær forsigtig med skarpe genstande eller kanter i nærheden af JUTBALL.

Undgå stærke rystelser eller overdreven bevægelse, mens du sidder.

Undgå brug under graviditet på grund af risikoen for at vælte og dermed mulig personskade.

Sørg for, at stuetemperaturen er konstant. I tilfælde af større temperatursvingninger vil lufttrykket i JUTBALL mærkbart stige eller falde. I dette tilfælde skal bolden oppustes til den passende størrelse.

Oppustning:

Trin 1: Placer den indvendige kugle i tekstildækslet, og sørg for, at ventilen er placeret ved lynlåsåbningen.

Trin 2: Brug den medfølgende pumpe eller en anden hånd-, fod- eller cykelpumpe med passende mundstykke.

Fjern hættten fra ventilen, indsæt pumpestykket i ventilen, og pump JUTBALL på.

Trin 3: Når kuglen er næsten helt oppustet, skal du trække siderne af lynlåsen sammen og lukke lynlåsen så meget som muligt. Pust nu JUTBALL op til den ønskede størrelse.

Trin 4: Fjern pumpestykket fra ventilen, og luk ventilen hurtigt med hættten. Luk derefter lynlåsen forsigtigt.

Anvendelse:

Sørg for at du sidder lige og oven på midten af bolden.

Sæt dig ikke i en vinkel, du kan glide af bolden.

Knæene skal være lavere end bækkenet og lårene skal skrå nedad.

Underarmene skal placeres korrekt på skrivebordet.

Brug kun JUTBALL i 15 til 45 minutter ad gangen i maksimalt 2 til 3 timer om dagen.

Hvis du vil puste JUTBALL yderligere op, skal du åbne lynlåsen og trække ventilstiften ud. Oppust kuglen i henhold til oppustningsinstruktionerne.

Maksimal belastning: 120 kg.

Sørg for, at stuetemperaturen er konstant. Forskelle i temperatur kan få den indre kugle til at ekspandere eller krympe.

Dækslet kan maskinvaskes på et håndvaskeprogram ved 30 grader.

SVENSKA

Inledning

Tack för att du har köpt en hjH OFFICE-produkt.
Läs noggrant igenom följande instruktioner.
Beskrivningarna kan skilja sig från det faktiska utförandet.
Av tydlighetsskäl kan inte alla tänkbara monteringsvarianter beskrivas.
Om du behöver mer information och hjälp, kontakta oss gärna på:
Tel.: + 49 (0) 88192452110
eMail: service@hjH-office.se

Säkerhetsanvisningar:

JUTBALL är ett alternativt sätt att sitta. Den ersätter inte en högkvalitativ kontorsstol och är inte lämplig för långvarigt sittande eller som en leksak eller som en sportartikel för intensiv användning.
Om du har ryggproblem eller andra hälsoproblem bör du fråga din läkare innan du använder JUTBALL. Även utan besvär rekommenderas endast 15 till 45 minuter åt gången på JUTBALLEN.
Fyll inte JUTBALLEN till en diameter över 65 cm. Beroende på storlek och benlängd rekommenderas endast mellan 50 cm och 60 cm.
Återförsäljaren och tillverkaren tar inget ansvar för olyckor eller skador på personer eller egendom orsakad av felaktig användning.
Var försiktig med skarpa föremål eller kanter nära JUTBALL.
Undvik häftiga ryck eller överdrivna rörelser när du sitter.
Undvik användning under graviditet på grund av risken för att välta och eventuella skador.
Se till att rumstemperaturen är konstant. Vid större temperatursvängningar kommer lufttrycket i din JUTBALL att öka eller minska märkbart. I så fall måste bollen pumpas upp till lämplig storlek.

Pumpa upp:

Steg 1: Placera den inre kulan i textilhöljet och se till att ventilen sitter vid blixtlåsöppningen.
Steg 2: Använd den medföljande pumpen eller en annan kommersiellt tillgänglig hand-, fot- eller cykelpump med lämplig adapter. Ta bort locket från ventilen, sätt in pumpanslutningen i ventilen och pumpa upp din JUTBALL.
Steg 3: När bollen nästan är fylld drar du ihop blixtlåsets sidor och stänger blixtlåset så mycket som möjligt. Pumpa nu upp din JUTBALL till önskad storlek.
Steg 4: Ta bort pumpanslutningen från ventilen och stäng snabbt ventilen med locket. Dra sedan försiktigt upp blixtlåset.

Användning:

Se till att du sitter rakt och mitt på bollen.
Sitt inte snett, du kan glida av bollen
Knäna ska vara lägre än bäckenet och låren ska luta nedåt.
Underarmarna ska placeras ordentligt på skrivbordet.
Använd JUTBALL endast 15 till 45 minuter åt gången, i maximalt 2 till 3 timmar om dagen.
Om du vill pumpa upp din JUTBALL, öppna blixtlåset och dra ut ventilstiftet. Blås upp bollen enligt inflationsinstruktionerna.
Maximal belastning: 120 kg.
Se till att rumstemperaturen är konstant. Skillnader i temperatur kan orsaka att den inre delen expanderar eller krymper.
Klädseln kan maskintvättas med ett handtvättsprogram i 30 grader.