

# SNABB-START JP-2000

## 1 Tag av dig skorna.

Sätt dig med ryggen långt in i fåtöljen. Tryck därefter på den svarta ON/OFF knappen.

Aktivera ev. värme



## 2

Låt fotballen resa sig färdigt. Justera sedan ben längden utåt med pil vänster. Luta sedan fåtöljen mot halvt liggande



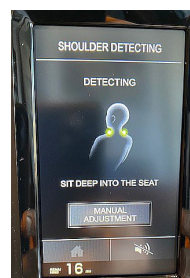
## 3a Starta helkroppsmassagen. Välj WHOLE BODY 15 min.

**Vid kropps-skanningen rätta upp dig och håll emot med axlarna !**

*För bättre nackmassage ta bort huvudkudden.*



## 3b Vid nackskanningen kan du även justera manuellt. Tryck då MANUAL ADJUSTMENT

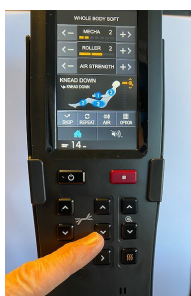


## OBS: Om du är lång

Sänk lutningen bakåt mer liggande i fåtöljen med pil ned **före start!**

När nackmassagen ej ända upp? Se nack-manual i plast-mappen

För byte av program, tryck på HUSET. Eller den röda pausknappen.

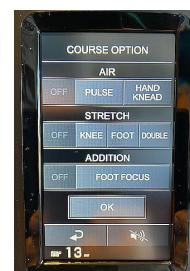


Om du är över 185 cm tryck först på OPTION knappen, följt av KNEE, OFF, avsluta med OK.

*Knästretch avstängd*

Välj mellan helkroppsnack- ländryggsmassage- eller helkroppstretch.

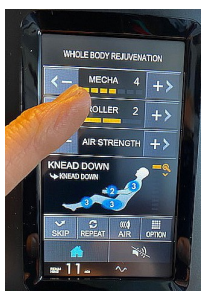
**Vid stretch, luta fåtöljen maximalt bakåt.**



## Hårdhetsjusteringar

Reglera hårdhet för ryggmassagen. MECHA + eller -

*För mer mjukhet använd bifogad ryggdyna.*



Reglera hårdhet skuldror, armar, höfter och fötter. Tryck på knappen AIR, reglera sedan enligt bilden.

