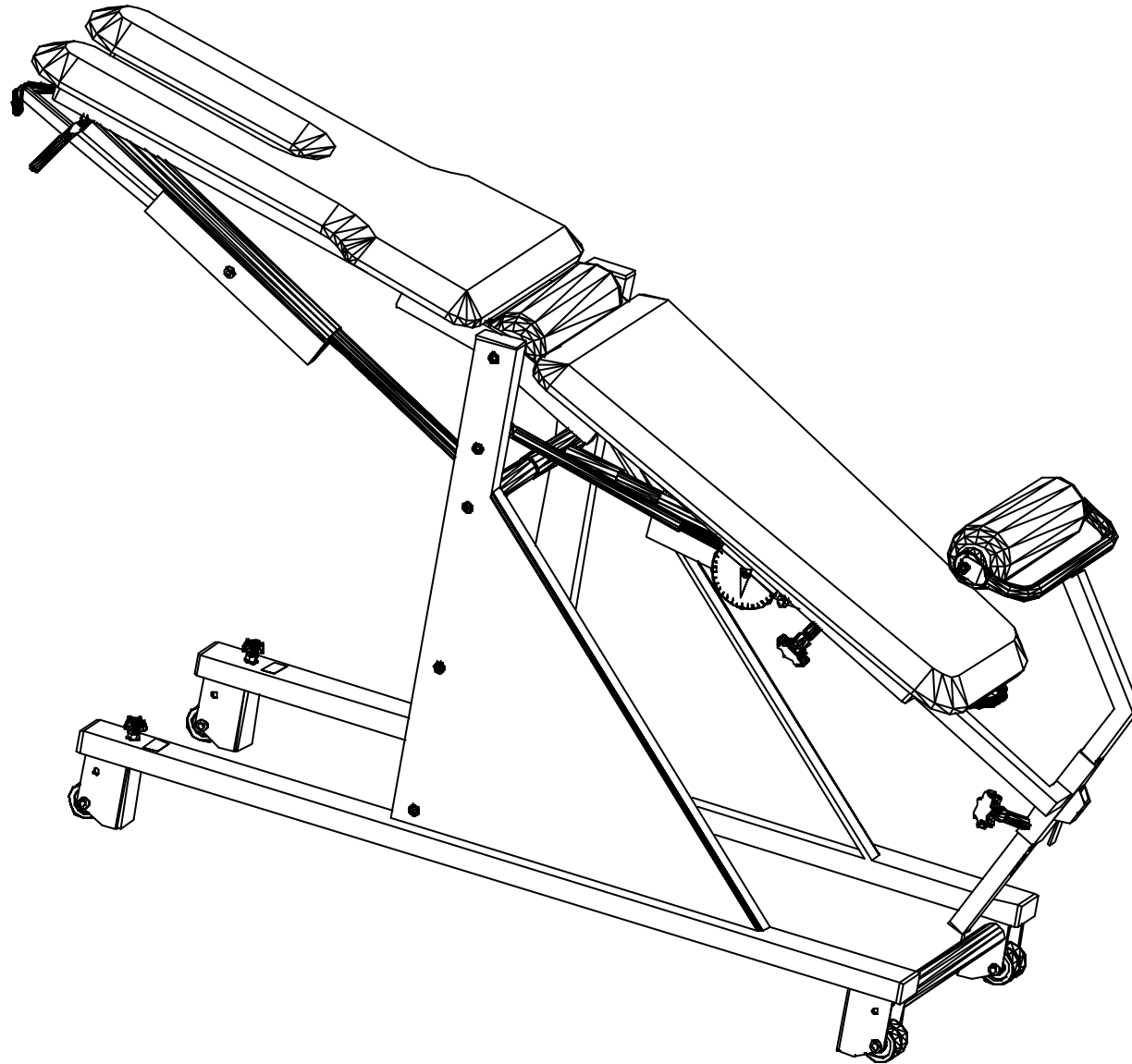


FOLLO DIEM ADJUSTABLE



FOLLO DIEM ADJUSTABLE

We congratulate you on choosing a Follo Diem product. This instruction information makes it able for you to take full advantage of the product from the first day in use. Please read these instructions carefully before taking the product into use.
Contents: Check list, unpacking/Installation, safety information, how to use, maintenance instructions, technical specifications and spare parts list

ORDER NO.:
COLOUR:
SERIAL NO.:

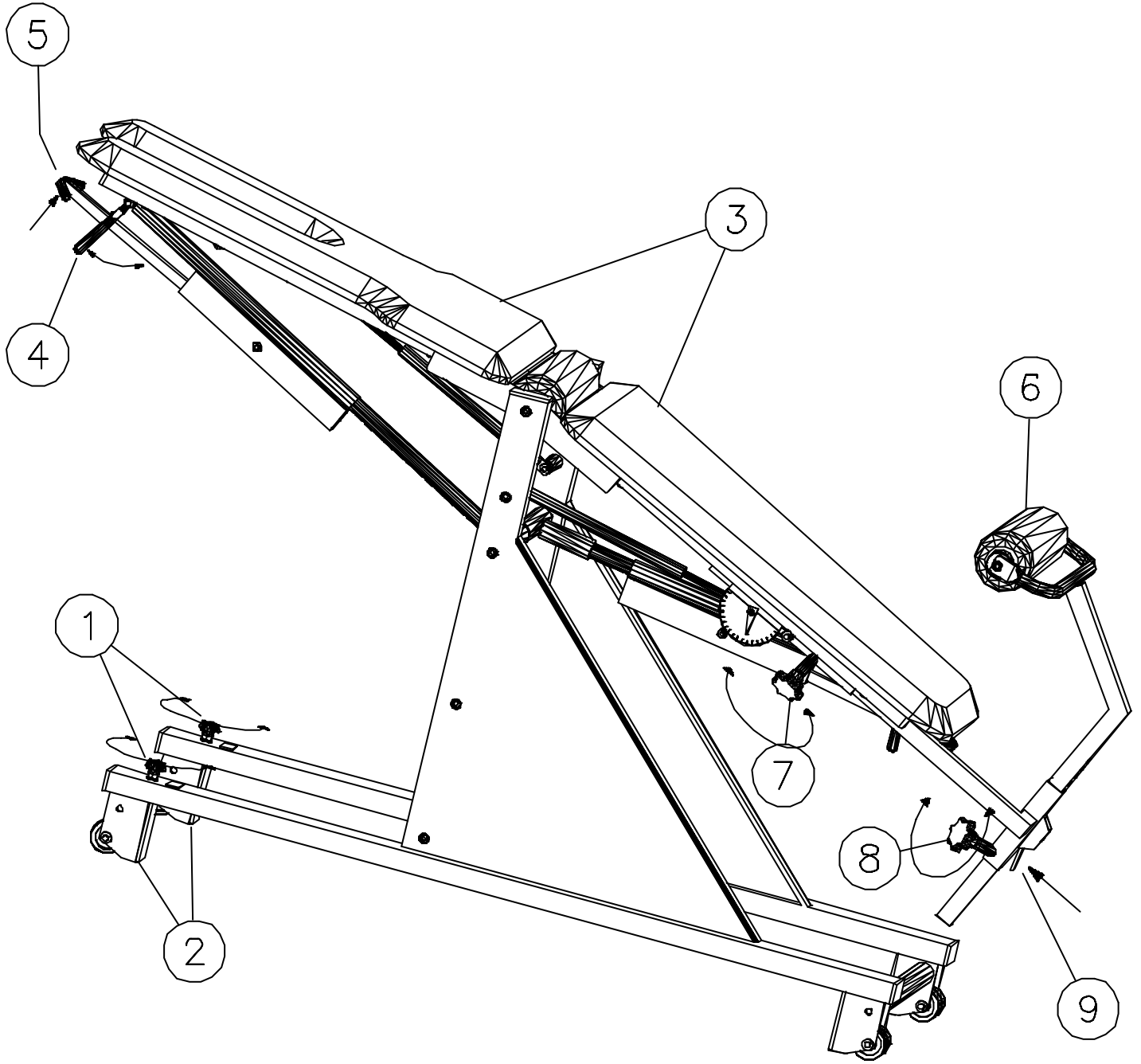
FUNCTION TEST:	
<input type="checkbox"/> Frame (screws, plastic parts, surface, welding)	<input type="checkbox"/> Labels
<input type="checkbox"/> Cushions (colour, screws, surface)	<input type="checkbox"/> Adjustments

ASSEMBLED (date/sign.):	
-------------------------	--

END CONTROLLED (date/sign.):	
------------------------------	--

PACKING CONTROL: (date/sign.):	
--------------------------------	--

FOLLO FUTURA AS - POSTBOKS 112 - 1430 Ås - NORWAY
WWW.FOLLO-FUTURA.NO



FOLLO DIEM ADJUSTABLE

Gratulerer med valget av et Follo Diem produkt. Vi har utarbeidet bruksanvisningen for at du som kunde skal få full utnyttelse av produktet. Les instruksjonen nøye før benken monteres og tas i bruk. Heftet inneholder:

- ✓ Utpakking/installering
- ✓ Sikkerhetsinformasjon
- ✓ Betjeningsveiledning
- ✓ Vedlikehold/ettersyn
- ✓ Reservedelsliste
- ✓ Tekniske spesifikasjoner

UTPAKKING/INSTALLERING

1. Vær forsiktig ved åpning av emballasjen, kniv eller skarpe gjenstander skal **IKKE** brukes da det kan skade benken.
2. Sjekk at benken ikke har transportskader.

SIKKERHETSINFORMASJON

1. Gjør deg kjent med benkens håndtak før betjening.
2. Ved justering pass på at ikke noe kommer i klem.
3. Benken må ikke belastes med mer angitt vekt.

BETJENINGSVEILEDNING

1. **Brems og avretting:** → Det er justeringsskruer (1) ved to av benkens ben/hjul. Juster disse ned slik at klossene (2) løfter benkens hjul så vidt klar av gulvet (2-5mm). Tilpass justeringen slik at benken står støtt på gulvet.
2. **Justering av putene (3):** → Begge putene justeres på samme måte. Vri låsearmen (4) bakover ut av lås. Løft deretter hendelen (5) og juster puten til ønsket vinkel/høyde. Slipp hendelen (5) og pass på at den går i lås. Lås deretter hendelen (5) med låsearmen (4).
3. **Justering av fotpøll (6) ut/inn:** → Løsen på låseratt (7) som sitter under og på siden av den puten som pøllen sitter festet i. Juster pøllen til ønsket posisjon og trekk deretter til låseratt (8) igjen.
4. **Justering av fotpøll (6) opp/ned:** → Løsne på låseratt (8) ved høydejusteringen. Klem inn låsearmen (9) ved siden av, og juster pøllen til ønsket høyde. Pass på at låsearmen (9) går i lås. Trekk deretter til låseratt (8) igjen.

VEDLIKEHOLD/ETTERSYN

Hver tredje måned sjekkes følgende:

1. At putene og pøllene er hele og uten synlige skader.
2. Hjulene løper lett.
3. Sjekk at låsehendel/låseratt for justering virker som de skal.

Rengjøring:

For å oppnå et bra utseende må skaien rengjøres regelmessig. En myk klut og varmt såpevann skal benyttes. Mild såpe og såpeflak anbefales, rester av såpen fjernes med kaldt vann, tørk deretter med en myk klut. Hvis skitten har satt seg fast, kan børste benyttes.

Skai er motstandsdyktig mot milde syrer, alkaliske væsker og husholdningsflekker. Flekker av kulepenn, leppestift, aviser og matrester kan bli sittende fast og må fjernes straks med en myk klut eller svamp fuktet i såpevann. Legg ikke varme/kalde pakninger direkte på skaien.

Oppløsningsmiddel, vokspolish, sterk syntetisk vaskemiddel eller kjemisk vaskemiddel skal ikke brukes. Bruk av disse ødelegger plasten, stoff stivner og brister.

Når det gjelder benken for øvrig, kan den vaskes/tørkes. Påfør samtidig et tynt lag med vanlig silikonspray på glideflater.

TEKNISKE SPESIFIKASJONER

Høyde min.	86cm
Bredde:	46cm
Lengde:	140cm
Vekt:	30kg
Maksimal belastning:	120kg

FOLLO DIEM ADJUSTABLE

Gratulerar till köpet av en Follo Diem produkt. Läs noga igenom instruktionen innan apparaten tas i bruk eller monteras, allt i syfte att få största möjliga utbyte av produkten.

Häftet innehåller:

- ✓ Uppackning/installation
- ✓ Användning
- ✓ Reservdelstlista
- ✓ Säkerhetsinformation
- ✓ Underhåll/ efterkontroll
- ✓ Teknisk specifikation

UPPACKNING/INSTALLATION

1. Var försiktig när kartongen öppnas. Använd **INTE** kniv eller andra vassa föremål att skära upp kartongen. Man skadar lätt innehållet.
2. Kontrollera att bänken inte har transportskador. Anmäl i så fall till transportören inom 7 dagar.

SÄKERHETSINFORMATION

1. Prova handtag och funktioner för liggytornas vinkelläge.
2. Se till att inte något kommer i klåam vid justering av liggytorna.
3. Bänken får inte belastas mer än angiven maxvikt.

ANVÄNDNING

1. Justering av benen: → Justerskruv för ojäma golv (19 finns på de främre hjulparen. Justera så att fötterna 82) står mot golvet. Avståndet justeras till 2-5 mm mellan golvet och underkant hjul. Se till att bänken står plant och stadigt.
2. Justering av liggytornas vinkel (3): → Båda ställs in på samma sätt. Vrid låsarmen (4) bakåt för att ställa in önskad vinkel. Lyft därefter upp handtaget (5) och ställ in vinkelläget, släpp handtaget och se till att liggytan låst sig i läge. Lås med låsarmen (4).
3. Innställning av fixeringsrullen (6) in-/utåt: → Lossa låsratten (7), ställ fixeringsrullen i önskat läge, dra åt skruven igen.
4. Innställning av fixeringsrullen (6) höjdläge: → Lossa låsratten (8), kläm i handtaget (9) och ställ in önskat höjdläge. Släpp handtaget och se till att det låser, dra åt låsratten (8) igen.

UNDERHÅLL/EFTERKONTROLL

Kontrollera med jämna mellanrum (var tredje månad):

1. Se till att liggytor och fixeringsrulle är hela och utan skador.
2. Kolla att hjulen löper lätt
3. Kontrollera att handtag och låsrattar fungerar och är utan skador. Smörj vid behov.

Tvätta bort smuts och gammalt fett med vanligt bilavfettningsmedel. Smörj med vaselin eller något smörjmedel i sprayform på svåråtkomliga ställen. Liggytor ska rengöras med mild tvällösning. Fråga efter Kebo Fysio bänkrengöring för bästa effekt. Värme och kyl packningar får inte läggas direkt på liggytan. Då detta skadar vävplasten.

TEKNISK SPECIFIKATION

Minsta höjd:	86cm
Standardbredd:	46cm
Längd:	140cm
Vikt:	30kg
Max belastning:	120kg

FOLLO DIEM ADJUSTABLE

We congratulate you on choosing a Follo Diem product. This manual enables you to take full advantage of the product from the first day in use. Please read these instructions carefully before taking the product into use. Contents:

- ✓ Unpacking/installation
- ✓ How to use
- ✓ Technical specifications
- ✓ Safety information
- ✓ Maintenance instructions
- ✓ Spare parts list

UNPACKING/INSTALLATION

1. Take care when removing packing materials. **DO NOT** use a knife or other sharp instrument to avoid damaging the contents.
2. Inspect the bench for transport damage.

SAFETY INSTRUCTIONS

1. Study and learn the operation of the handles and switches.
2. Take care to avoid pinching when making adjustments.
3. Do not overload the bench.

HOW TO USE

1. Brake and levelling adjustment: → Adjustment screws (1) are provided on two of the bench legs/wheels. Turn the adjusting screws so that the supporting blocks lift wheels just clear of the floor (2-5mm). Adjust so that the bench rests evenly on the floor.
2. Adjustment of cushion: → Both cushions are adjusting in the same manner. Move the locking handle (4) rearwards to disengage. Lift the arm (5) and adjust the cushion to the required angle/height. Release the arm (5) making sure it is properly engaged. Lock the arm in position (5) with locking handle (4).
3. Adjustment of foot cushion (6) outwards/inwards: → Loosen the locking screw (7) beneath and to one side of the cushion to which the foot cushion is attached. Adjust the foot cushion to the required position and tighten the locking screw (7).
4. Adjustment of foot cushion (6) up/down: → Loosen the locking screw (8) for height adjustment. Depress the spring of the locking device (9) to release the lock and adjust the foot cushion to the required height. Make sure that the locking device (9) is properly engaged. Tighten the locking screw (8).

MAINTENANCE INSTRUCTIONS

Check the following at regular intervals (every third month):

1. Make sure that the cushion and foot cushions are in good condition without visible damage.
2. Make sure that all wheels run smoothly.
3. Check that the locking handles/locking screws for cushion adjustment are functioning properly.

To maintain the appearance of PVC Coated Fabrics they should be cleaned regularly to remove fatty substances that may reduce their service life. A soft cloth and warm soapy water should be used to clean the surface of the material. Mild soap or soap flakes are recommended and residual soap should be removed using cold water. The surface should be scrubbed with a soft brush. Solvent cleaners, wax polishes strong detergents and patent chemical cleaners should not be used. The use of these substances is likely to harm the coat and repeated use can result in the removal of elasticity from the PVC coating, which will result in hardening and subsequent cracking of the material's surface. PVC Coated Fabrics are resistant to most mild acids, alkalis and household stains. The vinyl may absorb some substances such as ballpoint pen ink, lipstick, newsprint and food, and this may cause permanent staining. This can often be minimised by immediate cleaning with damp, soap cloth or sponge. Never place hot or cold items directly on PVC Coated Fabrics.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Height min.:	86cm
Width:	46cm
Length:	140cm
Weight:	30kg
Maximum load:	120kg

FOLLO DIEM ADJUSTABLE

Herzlichen Glückwunsch zur Wahl eines Follo Diem Liege. Dieses Instruktionshft wurde ausgearbeitet, um Ihnen als Benutzer den vollen Nutzen des Produkts zu gewährleisten. Bitte lesen Sie die Anleitung sorgfältig durch, ehe Sie die Liege montieren oder in Benutzung nehmen. Inhalt dieses Heftes:

- ✓ Auspacken/Installieren
- ✓ Bedienung
- ✓ Technische Spezifikationen
- ✓ Sicherheitsinformation
- ✓ Pflege/Instandhaltung
- ✓ Ersatzteilliste

AUSPACKEN/INSTALLIEREN

- Vorsicht beim Öffnen der Verpackung. **Bitte Verpackung nicht mit Messer** o.ä. aufschneiden. Der Inhalt könnte beschädigt werden.
- Liege auf eventuelle Transportschäden prüfen.

SICHERHEITSINFORMATION

- Machen Sie sich mit Handgriffen und Bedienungsknöpfen der Liege vertraut.
- Vergewissern Sie sich beim Justieren, dass nichts eingeklemmt wird.
- Liege niemals mit mehr als dem angegebenen Gewicht belasten.

BEDIENUNGSANLEITUNG

- Bremsen und ausrichten:** → An zwei der Beine/Räder der Liege gibt es Verstellerschrauben (1). Diese so weit nach unten verstellen, dass die Klötze (2) die Räder der Liege knapp über den Boden anheben (2-5mm). Durch Justierung stabilen Stand der Liege sichern.
- Verstellung der Polster (3):** → Beide der Einstellung des anderen Polster gleichermassen verfahren: Sperrhebel (4) nach rückwärts aus Arretierung lösen. Danach Griff (5) anheben und Polster auf gewünschten Winkel/Höhe einstellen. Griff (5) loslassen und sicherstellen, dass er einrastet. Danach Griff (5) mit Hilfe des Sperrhebels (4) feststellen.
- Verstellung der Fussrolle (6) nach aussen /innen:** → Das Handrad (7) lockern, das unten und seitlich am Polster sitzt, an dem die Rolle festgemacht ist. Rolle in gewünschte Position bringen und danach Handrad (7) wieder anziehen.
- Verstellung der Fussrolle (6) nach oben/unten:** → Handrad (8) an der Höhenjustierung lockern. Benachbarten Sperrhebel (9) drücken und Rolle auf gewünschte Höhe einstellen. Absichern, dass Sperrhebel (9) einrastet. Danach Handrad (8) wieder anziehen.

INSTANDHALTUNG/INSPEKTION

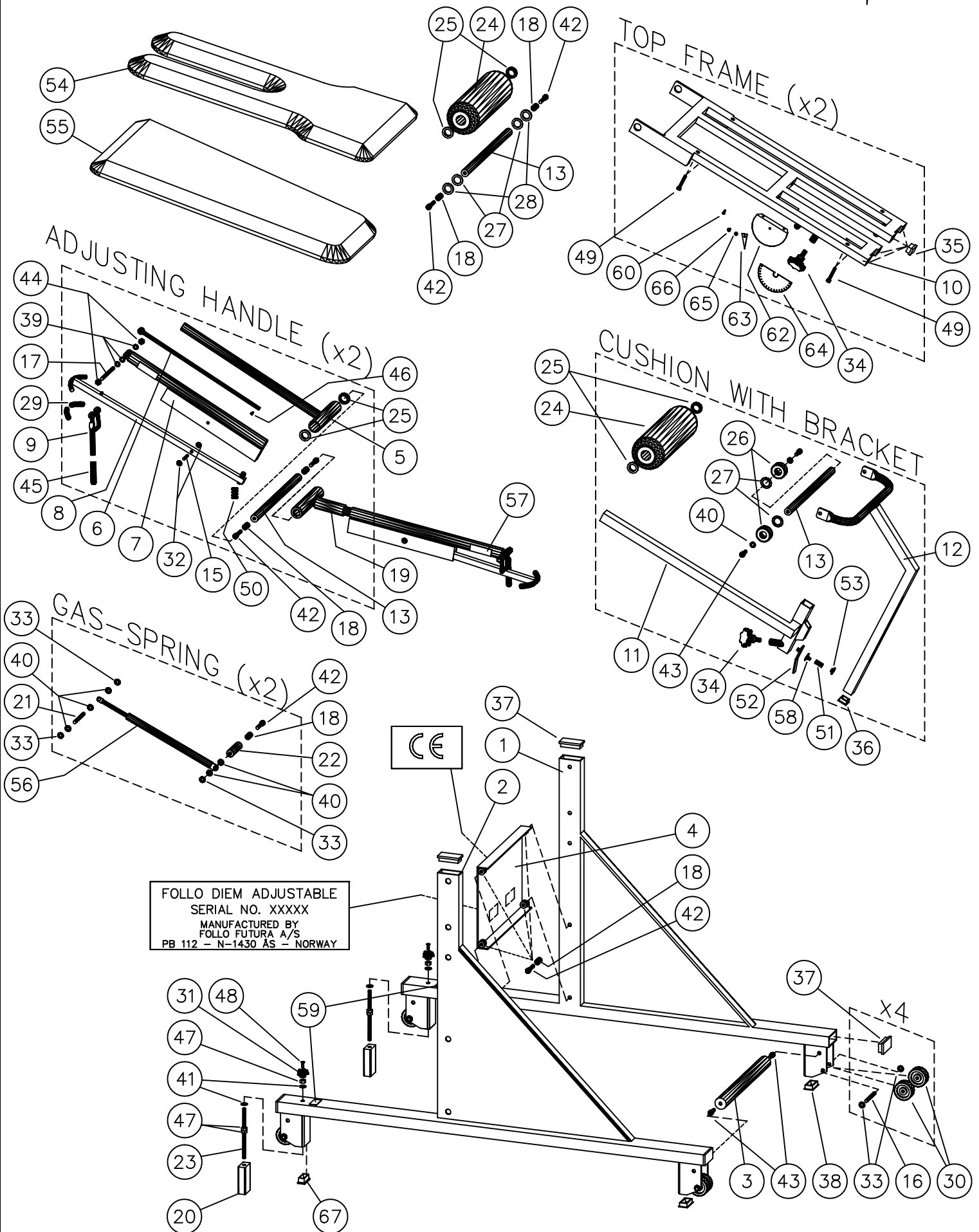
Folgende Punkte regelmässig (vierteljährlich) kontrollieren:

- Polster und Fussrolle auf Beschädigung prüfen.
- Leichtgängigkeit der Räder.
- Einwandfreie Funktion von Sperrhebel/Handrad zur Justierung prüfen.

Die Polster-Oberflächen der Therapieliegen sollten regelmäßig von fetthaltigen Substanzen befreit werden. Dazu verwenden Sie bitte ein weiches Tuch und warmes Seifenwasser. Zu empfehlen ist eine milde Seife oder Seifenflocken. Rückstände entfernen Sie bitte mit kaltem Wasser. Abzuraten ist von Lösungsmitteln, Wachspolituren sowie chemischen Reinigungsmitteln, da dadurch die Oberflächen des Materials angegriffen werden. Verschmutzungen durch Substanzen wie Kugelschreiberinte, Lippenstift, Druckerschwärze oder Lebensmittel entfernen Sie am besten sofort mit einem feuchten Seifentuch oder – schwamm. Legen Sie bitte keine extrem heißen oder kalten Gegenstände auf das Polstermaterial. Nach der Reinigung der Therapieliege geben Sie bitte eine dünne Schicht Silikonspray auf die gleitenden Metall-Oberflächen.

TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

Höhe min:	86cm
Breite:	46cm
Länge:	140cm
Gewicht:	30kg
Höchste Belastung:	120kg



FOLLO DIEM ADJUSTABLE
 SERIAL NO. XXXXX
 MANUFACTURED BY
 FOLLO FUTURA A/S
 PB 112 - N-1430 ÅS - NORWAY

Follo Diem Adjustable 135-150-00

Pos	Std	Gas	Ref. no.	Dim	Benevnelse	Description
1	1	1	150-01		VANGE A	FRAME A
2	1	1	150-02		VANGE B	FRAME B
3	1	1	150-03		DISTANSE RØR	DISTANCE TUBE
4	1	1	150-04		FRONTPLATE	DISTANCE PLATE
5	2	2	150-05		REGULERINGSRØR	TUBE
6	2	2	150-06		STOPP-STANG	STOP PIN
7	2	2	150-07		TELESKOPHUS	TELESCOPE HOUSING
8	2	2	150-08		REGULERINGSHÅNDTAK	ADJUSTING HANDLE
9	2	2	150-09		LÅSEBØYLE	LOCKHANDLE
10	2	2	150-10		TOPPRAMME	TOP FRAME
11	1	1	150-11		REGULERINGSRØR FOR PØLL	TUBE
12	1	1	150-13		HOLDER TIL PØLL	CUSHION BRACKET
13	3	3	150-28		AKSEL	AXLE
15	2	2	150-15		AKSELTAPP	AXLE
16	4	4	150-16		AKSELTAPP	AXLE
17	2	2	150-17		AKSEL	AXLE
18	8	10	150-18		DISTANSEHYLSE	DISTANCE TUBE
19	1	1	150-19		STOPPHYLSE	TUBE
20	2	2	150-20		JUSTERINGSKLOSS	ADJUSTING BRICK
21	0	2	150-21		AKSEL FOR GASSFJÆR	AXLE FOR GAS SPRING
22	0	2	150-22		AKSELTAPP FOR GASSFJÆR	AXLE FOR GAS SPRING
23	2	2	150-23		JUSTRINGSKRUE	ADJUSTING SCREW
24	2	2	12908-11		STØPT PØLL	CUSHION
25	8	8	630-002897		FORING	BEARING
26	2	2	12908-11-3		DISTANSERING	DISTANCE RING
27	4	4	150-24		DISTANSESKIVE	DISTANCEEE WASHER
28	2	2	150-25		DISTANSE SKIVE	DISTANCE WASHER
29	4	4	150-27		HOLK	PLASTIC GRIP
30	8	8	532-004185		HJUL	WHEEL
31	2	2	567-004182		RATT	HANDLE
32	4	4	575-004183	Ø6	LÅSEHETTE	CAPLOCK
33	8	14	575-004184	Ø8	LÅSEHETTE	CAP LOCK
34	3	3	567-004097	M10x20	RATT	HANDLE
35	8	8	591-000296	30x20	PLASTPLUGG	PLASTICPLUG
36	1	1	591-000481	25x25	PLASTPLUGG	PLASTICPLUG
37	6	6	591-004178	60X30	PLASTPLUGG	PLASTICPLUG
38	2	2	591-004179	45x25	PLASTPLUGG	PLASTICPLUG
39	6	6	570-002039	Ø8	BØLGESKIVE	SPRING WASHER
40	2	12	572-000760	Ø8	SKIVE	WASHER
41	4	4	630-000050	Ø8	PLASTSKIVE	PLASTIC WASHER
42	8	10	560-002824	M8x35	INNVI 6-KANT SKRUE	SCREW
43	4	4	560-003320	M8X20	INNVI 6-KT SKRUE	SCREW
44	4	4	562-001846	M8	LÅSEMUTTER	LOCKNUT
45	2	2	591-002658		HOLK	PLASTIC GRIP
46	2	2	561-001963	Ø3,5x9,5	PAN PLATESKRUE	SCREW
47	6	6	562-001985	M8	MUTTER	NUT
48	2	2	560-002789	M5x12	INNVI 6-KANT SKRUE	SCREW
49	8	8	560-000272	M6x40	6-KANT SKRUE	SCREW
50	2	2	580-002786	Ø12/Ø1,5-35	TRYKKFJÆR	SPRING
51	1	1	599-000219		TRYKKFJÆR	SPRING
52	1	1	499-000216		LÅSEHENDEL	LOCKHANDLE
53	1	1	562-003055		MØBELMUTTER	NUT
54	1	1	497-150-30		PUTE MED SPLITT	CUSHION WITH SPLIT
55	1	1	497-150-29		PUTE UTEN SPLITT	CUSHION WITHOUT SPLIT
56	0	2	586-004176		GASSFJÆR	GAS SPRING
57	2	2	590-001958		MERKE "LOCK↔RELEASE"	LABEL "LOCK↔RELEASE"
58	1	1	12911-33		FJÆRSTYRING	SPRINGHOLDER
59	2	2	590-004181		MERKE "ADJUSTABLE LEVEL"	LABEL "ADJUSTABLE LEVEL"
60	4	4	573-002662	Ø3x8	POPNAGLE	RIVET

Pos	Std	Gas	Ref. no.	Dim	Benevnelse	Description
62	2	2	12908-2-6		GRADESKIVE	PLATE (ANGLE MEASURER)
63	2	2	12908-2-7		PIL TIL GRADESKIVE	ARROW (ANGLE MEASURER)
64	2	2	590-000529		KLISTREMERKE	DEGREE LABEL
65	2	2	562-003319	M4	LÅSEMUTTER	LOCKNUT
66	2	2	560-003928	M4x10	PAN SKRUE	SCREW
67	2	2	591-002044	F40x20	PLASTPLUGG	PLASTIC PLUG