

Kom godt i gang med dit nye, intuitive hæve-/sænkebord

Betjening DPG1M

Til dit bord hører en intuitiv betjening, der hjælper dig til at få bevægelse integreret i din arbejdsdag. Her kan du lære, hvordan du bruger den, hvordan du gemmer dine foretrukne indstillinger til at stå og sidde, hvordan du får påmindelser om at stå op, og hvordan du kan parre bordet med Desk Control™ App og få en personlig statistik over din brug af bordet. Kom godt i gang

Justering af bordet

Du trykker ganske enkelt på betjeningen - enten op eller ned - for at indstille bordet. Tryk på betjeningen, indtil bordet er i den ønskede højde. Så er du klar.

Hvis du har indstillet en foretrukken bordhøjde, standser bordet automatisk i ét sekund ved den indstillede højde. Hvis du fortsat trykker på betjeningen, fortsætter bordet, indtil du slipper.

Gem dine foretrukne indstillinger til at sidde og stå

Betjeningen kan huske to foretrukne bordhøjder. På den måde har du altid bordet indstillet til korrekt højde, både når du sidder og står, så du opnår den optimale ergonomi.

Når du vil gemme en bordindstilling, skal du starte med at køre bordet til den indstilling, du ønsker at gemme. Kig på kanten af betjeningen. Til højre er en knap med en stjerne ☆. Tryk på knappen i 2 sekunder. LED-lampen blinker to gange, mens indstillingen gemmes. Når LED-lampen lyser konstant hvidt, er indstillingen gemt, og knappen kan slippes.

Overskriv gemte indstillinger

Hvis du allerede har gemt to indstillinger og ønsker at overskrive dem, kører du ganske enkelt bordet til den nye indstilling og gemmer den ved at trykke på stjerne ☆ i 2 sekunder. Den tidligere gemte indstilling, der ligger tættest på den nye højdeindstilling, bliver overskrevet.

Slet gemte indstillinger

Hvis du ønsker at slette de gemte indstillinger, skal du trykke på stjerneknappen ☆ og holde den inde i 8 sekunder. Når LED-lampen i betjeningens kant blinker **rødt**, er sletning afsluttet. Du er klar til at starte forfra og gemme nye indstillinger.

Kør bordet til en gemt indstilling

Når du har gemt en eller flere foretrukne indstillinger, er det meget nemt at køre bordet op og ned mellem de gemte indstillinger. Tryk på eller vip betjeningen - op eller ned - og hold betjeningen, indtil bordet standser ved din gemte indstilling.

På den måde kan du skifte mellem indstillingerne til at sidde og stå helt uden at kigge på betjeningen.

Brug automatisk kørsel (*ekstra funktion*)

Hvis du har en betjening med fuld funktionalitet, kan bordet køre automatisk mellem dine foretrukne højdeindstillinger (automatisk kørsel). Funktionen aktiveres ved at tilslutte bordet til [Desk Control App](#).

Nu skal du blot dobbeltklikke på betjeningen - op eller ned - for at få bordet til at køre til den nærmeste af dine gemte indstillinger. Du afbryder eller standser bordet, før det når den gemte indstilling, ved at vippe eller trykke på betjeningen igen en enkelt gang, så standser bordet med det samme.

Vil du have mere bevægelse i hverdagen? Få påmindelser om at skifte arbejdsstilling

Vil du gerne have påmindelser om at stå op og styrke din sundhed i løbet af dagen? Din betjening har en påmindelsesfunktion - en LED-lampe - der viser, hvornår du skal stå op:





- **Grønt** lys: Fin balance - du behøver ikke stå op endnu.
- **Orange** lys: Kør bordet op - det er tid til at stå op.
- Når du har kørt bordet op, lyser lampen grønt igen.

Du bestemmer selv intervallerne mellem at sidde og stå.

Du bestemmer selv, hvor ofte du vil have påmindelser om at stå op og hvor længe. Vi har på forhånd defineret nogle intervaller, du kan vælge imellem. Du kan også definere dine egne intervaller. Vi anbefaler, at du starter med at stå op 5 minutter hver time. I løbet af noget tid kan du forlænge intervallet til 10 eller måske 15 minutter.

Bemærk: Det er heller ikke godt at stå op for længe. Det er i afvekslingen mellem at sidde og stå, du opnår de største fordele.

Indstilling af påmindelse

Det er meget nemt at indstille en påmindelse. Se på kanten af din betjening – til venstre ser du en knap med en klokke 🕒. Tryk for at vælge et af de tre intervaller. Lyset i LED-lampen viser, hvilket interval du har valgt.

- *Interval 1* (svagt LED-lys): "Påmindelse, når jeg har siddet i 55 minutter"
- *Interval 2* (medium LED-lys): "Påmindelse, når jeg har siddet i 50 minutter"
- *Interval 3* (kraftigt LED-lys): "Påmindelse, når jeg har siddet i 45 minutter"

Betjeningen er som standard indstillet til "Interval 1". Når der ikke er lys i de hvide felter, er påmindelses-funktionen slået fra.

Foretag parring med Desk Control App

Hvis du vil definere dine egne intervaller, kan du hente vores [Desk Control™ App](#) via din smartphone.

Sådan tilslutter du appen

Tryk på Bluetooth® knappen i 2 sekunder for at aktivere parring. LED-lampen blinker blå. Åbn Desk Control App, og find dit bord på listen "Borde i nærheden".

Hent Desk Control App (gratis)



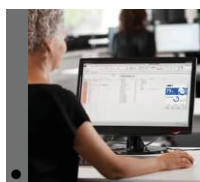
Nulstilling af betjening

Du kan nulstille din betjening på tre måder.

1. Nulstilling af hukommelse
Tryk og hold stjerneknappen ☆ inde i 8 sekunder, indtil lampen blinker rødt.
2. Nulstilling af påmindelse
Tryk og hold klokkeknappen 🔔 inde i 8 sekunder, indtil lampen blinker rødt.
3. Gendan fabriksindstillinger
Tryk og hold stjerneknappen ☆ og klokkeknappen 🔔 inde i 8 sekunder, indtil lampen blinker rødt.

Er du klædt på til at udnytte dit hæve-sænkebord optimalt?

Få fysisk aktivitet ind i arbejdsdagen ved at bruge dit hæve/-sænkebord. Her kommer nogle fakta og gode tips, som kan motivere dig til at komme godt i gang. Du vil opleve et større velvære, når du skifter arbejdsstilling i løbet af dagen, og du får mere energi.



• Fordele ved bevægelse

-  Skabt til bevægelse
-  Rejs dig op for din sundhed
-  Infografikker om stående arbejdsstillinger



DPG1M - Sådan bruger du hukommelsen og automatisk kørsel



DPG1M - Sådan bruger du LED-påmindelse



DPG1M - Sådan initialiserer og indstiller du bordet



DPG1M - Tilslutning til app



DPG1M - Nulstilling af betjeningen



Brugervejledning til DPG betjening og Desk Control app

Brugervejledningen forklarer, hvordan du installerer, bruger og vedligeholder LINAK DESKLINE® produkterne.

Vis

- [Onlinebrochure](#)
- [PDF](#)



DPG bordbetjeneringer - innovativ justering af kontorborde

Serien af intuitive betjeneringer til borde er designet til at fremme sunde vaner, og de kan betjenes med et lille vip. De avancerede modeller kan give visuelle påmindelser om at sidde eller stå, og de er udstyret med hukommelsesfunktion til højdeindstilling, Bluetooth® og meget mere.

Vis

- [Onlinebrochure](#)
- [PDF](#)



MOVE – Derfor gør hæve-/sænkeborde arbejdsdagen mere effektiv

Opnå et lavere sygefravær, og indret et moderne kontormiljø med elektriske hæve-/sænkeborde. En lønsom investering for både arbejdsgiver og medarbejdere.

Vis

- [Onlinebrochure](#)
- [PDF](#)