

Bedienungsanleitung

Abschied vom Stillsitzen!

Vielen Dank, dass Sie sich für den innovativen ONGO® Classic entschieden haben. Durch das aktive Sitzen auf dem ONGO® Classic können Sie Ihre Rückenmuskulatur kräftigen und Verspannungen lösen. Die Innovation besteht in der gewölbten Standfläche und der im Fuß integrierten Kugelbahn. Jede Ihrer Bewegungen auf dem ONGO® Classic bringt die Kugel ins Rollen. Die Kugel motiviert und kontrolliert beim aktiven Sitzen durch ein akustisches Feedback. Auf diese Weise lässt sich Bewegung spielerisch in den Alltag integrieren und neben der Körperhaltung auch die Leistungsfähigkeit verbessern.



Höheneinstellung

Stellen Sie die Sitzhöhe genau auf Ihre Bedürfnisse ein. Setzen Sie sich hierzu auf den ONGO® Classic und betätigen Sie die kreisförmige Auslösefläche unter dem Sitz wie einen Hebel durch einseitiges Drücken.

Kugelbahn

Klipsen Sie eine der drei mitgelieferten Kugeln aus Stahl, Glas oder Gummi in die Kugelbahn. Kreisen Sie mit Ihrer Hüfte so, dass die Kugel ins Rollen kommt. Die unterschiedlichen Materialien der Kugeln stehen für die verschiedenen Schwierigkeitsgrade (Stahl leicht, Glas mittel, Gummi schwer), um die Kugel ins Rollen zu bringen und geben Ihnen ein unterschiedlich lautes akustisches Feedback. Integrieren Sie den Hocker aktiv in Ihre Bewegungen, wenn Sie sich nach vorne/hinten/zur Seite bewegen, und behalten Sie dabei beide Füße fest auf dem Boden.

ONGO® Move

Mit dem speziell entwickelten Trainingsprogramm ONGO® Move lässt sich Rückentraining spielerisch in den Alltag, zu Hause oder im Büro integrieren.

Die Übungen finden Sie unter:

[youtube.com/@ongochannel](https://www.youtube.com/@ongochannel)

Pflegehinweise

- Die Reinigung des Mikrofaserbezugs kann entweder mit handelsüblichen Reinigungsmitteln in bezogenem Zustand oder nach dem Abziehen durch Waschen (Hand- oder Maschinenwäsche) mit einem Feinwaschmittel oder durch chemische Reinigung erfolgen. Die skai® Bezüge mit einer milden Seifenlauge und einem Mikrofaser Tuch oder einer weichen Bürste regelmäßig reinigen. Verschmutzungen durch Öle, Fette und Tinte müssen umgehend entfernt werden. Für Echtleder regelmäßig ein mildes Lederpflegemittel verwenden. Reinigen ggfs. mit lauwarmem Wasser und einem weichen Tuch. Die Kvadrat Stoffe regelmäßig absaugen. Fett- und ölfreie Flecken durch vorsichtiges Tupfen mit einem in warmem Wasser ausgedrückten, fusselfreien Tuch entfernen. Bitte keine Lösemittel, Chloride, Poliermittel, chem. Reinigungsmittel oder Wachspoliermittel einsetzen. Bitte beachten Sie, dass das Abfärben durch Jeans oder andere Textilien von jeglicher Herstellergarantie ausgenommen ist.
- Die Kunststoffteile können mit milden, verdünnten Haushaltsreinigern und einem weichen Lappen sauber gehalten werden. Keine Lösungsmittel oder abrasive Stoffe verwenden!

Recycling

Bei Design, Produktion und Vertrieb legen wir großen Wert auf Nachhaltigkeit. Kurze Transportwege schonen die Umwelt. Für das Recycling, ist der Hocker relativ leicht in seine Werkstoffe zu zerlegen. Führen Sie die einzelnen Werkstoffe/Bauteile, gemäß ihrer Kennzeichnung dem national vorgesehenen Recycling oder der national vorgesehenen Entsorgung zu. Alternativ dazu nimmt die KÖHL GmbH ausgediente Hocker zum Recycling zurück.

Warnhinweise

- **Vorsicht, verschluckbares Kleinteil!** Obwohl die Kugelbahn so konstruiert wurde, dass die Kugel nicht herausfallen sollte, kann sie doch mit moderatem Kraftaufwand herausgenommen werden. Dadurch besteht die Gefahr, dass sie in die Hände von Kleinkindern gerät und verschluckt werden könnte. Die Kugeln und andere abnehmbare Teile des ONGO® Classic sind nicht dafür geeignet, sie in den Mund oder andere Körperöffnungen zu stecken.
- **Ärztlicher Rat!** Obwohl der Hocker von Ärzten mitentwickelt und getestet wurde, sollten Sie, insbesondere bei akuten Rückenbeschwerden, Ihren Arzt oder Therapeuten für die in Ihrem Falle richtige Benutzung konsultieren.
- **Kippgefahr!** Bei zu starker Bewegung kann der Hocker trotz rutschfester Beschichtung der Fußunterseite wegrutschen und kippen. Den Hocker nicht als Leiter verwenden! Besondere Vorsicht bei Kindern, die beim Sitzen noch nicht mit den Füßen auf den Boden reichen.
- **Richtige Anwendung des ONGO® Classic.** Der ONGO® Classic wurde für dynamisches, gesundes Sitzen entwickelt. Er wurde nicht für andere Zwecke hergestellt. Nutzen Sie den ONGO® Classic nur für den gedachten Zweck.
- **Nur für eine Person!** Der ONGO® Classic wurde nur für die Nutzung durch eine Person entworfen. Falls er von mehreren Personen gleichzeitig genutzt wird, kann er kippen und Verletzungen verursachen.
Die maximale Belastung beträgt 110 kg.
- **Gasdruckfeder nicht mechanisch bearbeiten!** Das Arbeiten an bzw. ein Austausch der Gasdruckfeder darf nur durch eingewiesenes Fachpersonal ausgeführt werden.

- **Gewalteinwirkung.** Jeder Missbrauch und/oder jede gewaltsame Bearbeitung des ONGO® Classic kann zu schweren körperlichen Verletzungen führen.
- **Verpackungsmaterial.** Entsorgen Sie das Verpackungsmaterial so, dass insbesondere Plastikbeutel wegen Erstickungsgefahr nicht in die Hände von Kindern gelangen.

Technische Daten

- Sitzfläche Ø 39 cm
- Sitzhöhe 44–66 cm bei ONGO® Classic regular
- Sitzhöhe 57–79 cm bei ONGO® Classic tall
- Fuß Ø 42 cm
- Gewicht 5,7 kg bei ONGO® Classic regular
- Gewicht 6 kg bei ONGO® Classic tall

Materialien

- Sitzbezug
 - a) Mikrofasergestrick: 97 % Polyester und 3 % Elasthan auf Form gestrickt, Öko-Tex 100, Farbechtheit nach Automobilstandard, 40.000 Scheuertouren
 - b) skai® Kunstleder: PVC auf Baumwollgestrick, >50.000 Scheuertouren, lichtecht, desinfektionsmittelbeständig
 - c) skai® nature base: ca. 80 % nachwachsende und natürliche Rohstoffe, Öko-Tex 100, erfüllt Medizinproduktegesetz, schwer entflammbar, langlebig, lichtecht, abriebfest
 - d) kvadrat-Remix 2: 90 % Schurwolle, 10 % Nylon, lichtecht, abriebfest.
 - e) kvadrat-Divina Melange 2: 100 % Schurwolle, lichtecht, abriebfest
 - f) Echtleder: lichtecht, abriebfest, reißfest
- Sitzschaum: FCKW-freier Polyuretanschaum
- Sitzträger: Glasfaserverstärktes Polyamid

- Haltering: Polyamid
- Hülse und Fußoberteil: ABS
- Konusaufnahme am Sitz: Aluminium
- Gasdruckfeder: Stahl/Kunststoff
- Konusaufnahme am Fuß: Stahl
- Fußunterteil und Kugelbahn: Polypropylen
- Standfläche des Fußunterteils: TPE

Gewährleistung

Der ONGO® Classic ist ein hochwertiges Produkt, bei dem auch die über 15 Einzelkomponenten höchste Qualitätsansprüche erfüllen. Deshalb gewähren wir auf den ONGO® Classic eine Funktionsgarantie von drei Jahren. Diese Garantie gilt für alle Originalteile und beginnt mit dem Tag der Auslieferung. Bitte bewahren Sie daher Ihre Rechnung und/oder den Lieferschein zur Wahrung Ihrer Garantieansprüche auf. Innerhalb der Garantiezeit leistet ONGO® nach Einreichung und Prüfung der Reklamation eine kostenlose Reparatur oder Ersatz. Lediglich Transportkosten fallen für Sie an. Ausgenommen von der Garantie sind die übliche Abnutzung von Verschleißteilen, z. B. des Bezugstoffs, Mängel, die auf unsachgemäße Behandlung zurückzuführen sind (u. a. Pflegefehler, Stoß-, Kratz- und Reißschäden, Gewalteinwirkung) sowie alle eventuell von dritter Seite vorgenommenen und von ONGO® nicht autorisierten Veränderungen.

ONGO[®]
agility at work

powered by

KÖHL

KÖHL GmbH
Paul-Ehrlich-Strasse 4
63322 Rödermark | Germany
Tel.: +49 6074 9280
E-Mail: ongo@koehl.com
www.koehl.com



HINWEIS

Seit dem 01.10.2023
führt die KÖHL GmbH aus
Rödermark die Herstellung,
die Vermarktung und den
Service für die ONGO[®]
Produkte fort.