

## DC-6014 看台座椅 座椅伸缩看台 可定制

产品名称	DC-6014 看台座椅 座椅伸缩看台 可定制
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	360.00/位
规格参数	座距:490mm 排距:700mm 层高:280mm
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	0311-83111974 15613157513

### 产品详情

现在市场上，不一样的办公桌高度对座椅的摆放方位有不一样需求，有时乃需求换一把座椅。礼堂座椅多数由椅座、椅背、扶手和站脚四部分构成。一般情况下站脚和扶手结为一体构成牢固安装的扶手架。组成结构一般为钢木结构或钢塑结构。礼堂座椅就是用于校园礼堂、多媒体教室、电影院的座椅。就是一种有靠背、有的还有扶手的坐具。一旦办公桌的高度固定下来，就可以依据身体各部分做参照物来调整座椅高度。

**后腰：**感到疲惫时不要在礼堂座椅里缩成一团，这样会额定加剧后腰和椎间盘的压力。将臀部紧贴椅背，佳放一个靠垫让后背能略微曲折，这样在疲惫时，身体就不会缩成一团了，能将背部的担负减到低。

**腿肚子：**在臀部紧贴椅子背的状况下，试试握紧的拳头能不能穿过腿肚子背部和椅子前端之间的空地。若是不能轻松做到，那么椅子就太深了，需求把椅子的靠背往前调、垫一个靠垫或许换一把椅子。

**大腿：**巡查一下手指是不是能够在大腿下方、椅子的前端自在滑动。若是空间太紧，就需求加上一块可调理的搁脚板支高大腿。若是在您的大腿与礼堂座椅之间有一指的宽度，那么就要晋升椅子的高度。

**肘部：**在坐着舒畅的前提下，肘部离桌子越近越好，以保证上臂与脊柱平行，把手放在工作台外表，上下调整礼堂座椅高度，以保证肘部呈直角。共同，调整扶手的高度使得上臂正巧在膀子处稍稍提起。

当然，长时间固定不动的坐姿对身体是无益的，因而，记住每隔半小时少要起来活动一到两分钟。即便仅仅舒展一下身体或去洗手间这样的简略活动都是能够的。若是有条件，慢步走20分钟，不光能够减轻对脊椎的压力，还能够推进血液循环，从而把营养输送到脊柱的各个部位。