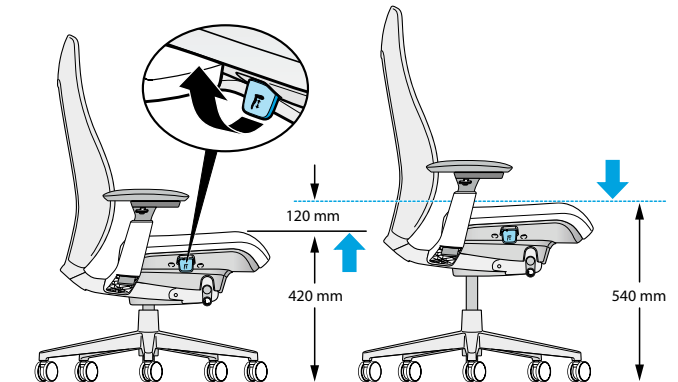


**1 Regulación de altura del asiento\***

El ajuste de la altura del asiento te permite ajustar la silla para posicionar correctamente tu cuerpo en la superficie de trabajo y mantener un flujo sanguíneo adecuado en tus piernas. La altura del asiento debe ajustarse para permitir que tus piernas mantengan un ángulo de 90 grados respecto al suelo o al reposapiés. (1) Tira hacia arriba de la palanca y levántate para subir el asiento. (2) Permanece en la silla y tira hacia arriba de la palanca para bajarlo.

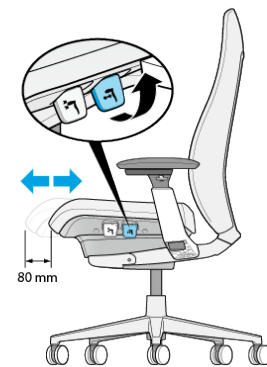
La altura del asiento se ajusta 120 mm, de 420 mm a 540 mm, en los modelos estándar y 130 mm, de 400 mm a 530 mm, en los modelos Fern Tipo A.

*\*Las dimensiones indicadas se determinan mientras la silla soporta una carga de 64 kg.*



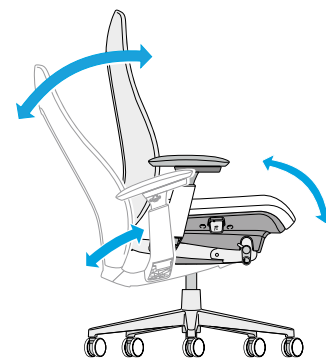
**2 Regulación de la profundidad de asiento**

El ajuste de la profundidad del asiento permite deslizarlo hacia delante o hacia detrás para acomodar diferentes longitudes de piernas. Te ayuda a sentarte lo suficientemente hacia atrás en la silla para usar el respaldo sin crear presión detrás de las rodillas. Con una profundidad de asiento completa de 80 mm, tienes mucho espacio para ajustar, por lo que el flujo sanguíneo a tus piernas no está restringido y te mantienes alerta. (1) Tira hacia arriba y desliza el asiento hacia adelante para alargarlo, o hacia atrás para acortarlo. Debe haber espacio para al menos dos dedos entre la parte posterior de la rodilla y la parte delantera del asiento.



**3 Mecanismo sincronizado de 3 puntos**

Una postura cómoda y relajada se facilita con la función de reclinación, que permite abrir la cavidad torácica de los usuarios, proporcionando un buen flujo de aire para promover la atención. Alinear la ubicación de los pivotes del mecanismo con los puntos de pivote del cuerpo, es decir, la cadera, la rodilla y el tobillo, garantiza un soporte ergonómico óptimo. Esta alineación facilita el mantenimiento de la postura del usuario, asegurando que la espalda mantenga contacto con el respaldo de la silla mientras te reclinas.

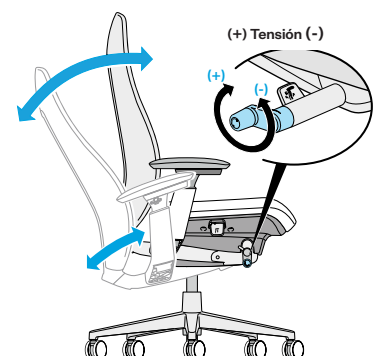


**4 Control de tensión**

Regula la cantidad de resistencia que sientes al inclinarte hacia atrás en la silla y el esfuerzo necesario para reclinar el respaldo. (1) Gira la manivela hacia adelante (en el sentido de las agujas del reloj) para aumentar la tensión y hacia atrás (en sentido contrario a las agujas del reloj) para disminuirla.

Una vez que la tensión haya alcanzado su máximo en cualquier dirección, no fuerces más la manivela.

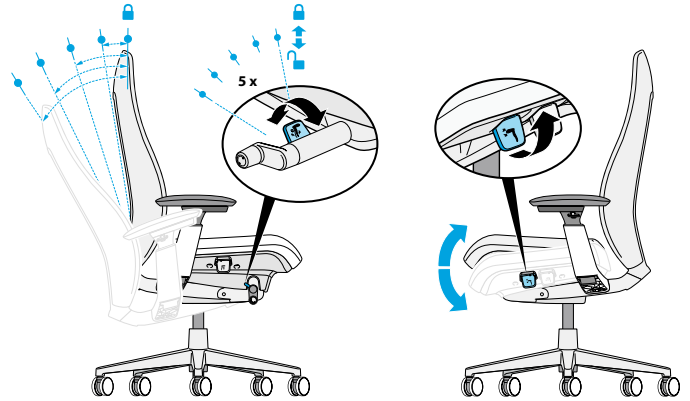
Es posible deslizar la manivela hacia fuera para un manejo más sencillo, en caso de hacerlo recuerda volver a deslizarla hacia dentro al terminar.



**5 Limitador de Basculación y Pendiente de Asiento (opcional)**

El limitador de basculación permite a los usuarios definir un punto máximo de basculación del respaldo o bloquearlo en posición avanzada, proporcionándole un total de 5 posiciones. (1) Reclina el respaldo hasta la posición que quieres definir como límite. (2) Presiona el botón hacia abajo para activar la limitación. (3) Tira del botón hacia arriba para desactivar la limitación.

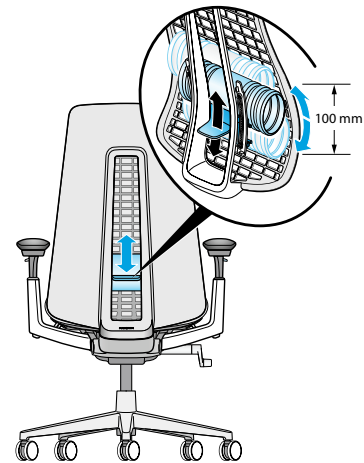
La pendiente de asiento te permite variar tu postura durante todo el día cambiando la curva de tu columna vertebral. (1) Presiona hacia abajo la palanca. (2) Inclínate hacia atrás hasta que escuches un clic, a continuación inclínate hacia adelante. (3) Tira hacia arriba de la palanca y reclínate hacia detrás para desbloquear la pendiente de asiento.



**6 Ajuste del soporte lumbar (opcional)**

El soporte lumbar proporciona un apoyo adicional en la parte baja de la espalda. Mantiene la curvatura natural de la columna vertebral en la parte baja de la espalda y permite a los usuarios elegir el soporte que les resulte adecuado. El soporte pélvico pasivo integrado rota la pelvis hacia adelante para mantener la forma natural de la columna vertebral.

(1) Desliza hacia arriba o abajo el soporte lumbar, sujetándolo por el tirador.



**7 Ajustes de los brazos (opcional)**

El ajuste de altura se adapta a los usuarios con diferentes alturas de reposabrazos, para que eviten levantar los hombros o inclinarse hacia un lado para obtener soporte para los brazos.

(1) El ajuste en altura permite subir y bajar los brazos de la silla para mantener el hombro del usuario en una postura neutral. Para cambiar la altura del reposabrazos, tira de la palanca hacia arriba y desliza el reposabrazos hacia arriba o hacia abajo.

(2) El ajuste en ancho de los brazos permite acomodar a usuarios con diferentes anchos de hombros. Sujeta la tapa del reposabrazos y deslízala lateralmente hasta la posición deseada.

(3) El ajuste en profundidad de los brazos permite a los usuarios acercarse a la mesa mientras mantienen un uso efectivo del respaldo. Desliza la tapa del reposabrazos hacia adelante o hacia atrás, hasta la posición deseada.

(4) El ajuste en ángulo de los brazos permite que el usuario tenga el apoyo adecuado del antebrazo al usar el ratón o el teclado. Para cambiar el ángulo del reposabrazos, sujeta la tapa del reposabrazos y gira la parte delantera del reposabrazos hacia afuera del cuerpo.

