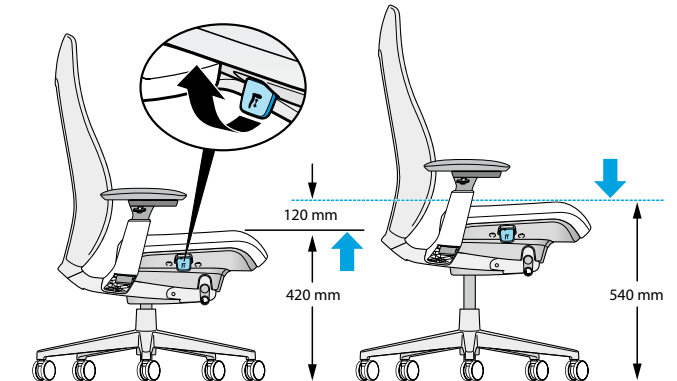


1 Réglage de la hauteur du siège*

L'ajustement de la hauteur d'assise vous permet de placer correctement votre corps par rapport à la surface de travail et de maintenir bonne circulation sanguine dans vos jambes. La hauteur d'assise doit être réglée de manière à ce que vos jambes forment un angle de 90 degrés par rapport au sol ou au repose-pieds. (1) Tirez sur le levier et levez-vous pour augmenter la hauteur d'assise. (2) Restez assis et tirez sur le levier pour abaisser l'assise.

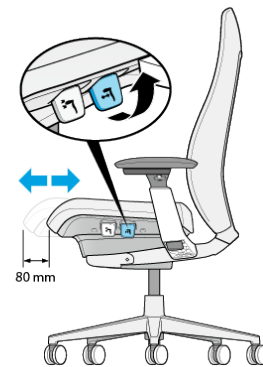
La hauteur du siège s'ajuste de 120 mm, de 420 mm à 540 mm, sur les modèles standard, 130 mm, de 400 mm à 530 mm sur les modèles Fern Type A.

**Les dimensions indiquées sont déterminées lorsque la chaise supporte une charge de 64 kg.*



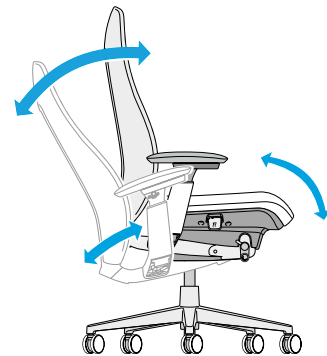
2 Réglage de la profondeur d'assise

Le réglage de la profondeur d'assise déplace le coussin de siège pour s'adapter à différentes longueurs de jambes. Avec une profondeur d'assise complète de 80 mm, vous avez une large plage de réglage, donc la circulation sanguine vers vos jambes n'est pas restreinte et vous restez alerte. (1) Tirez le levier vers le haut et faites glisser l'assise d'avant en arrière. Un minimum de deux doigts devrait passer entre l'arrière de votre mollet et l'avant du siège.



3 Réglage 3 points de l'assise

Une posture confortable et détendue est facilitée par la fonction d'inclinaison, qui permet l'ouverture de la cage thoracique, offrant une bonne circulation d'air pour favoriser l'attention. L'alignement des pivots du mécanisme avec les points de pivot du corps - à savoir la hanche, le genou et la cheville - garantit un soutien ergonomique optimal. Cet alignement facilite le maintien de la posture de l'utilisateur, en veillant à ce que le dos reste en contact avec le dossier de la chaise lors de l'inclinaison.

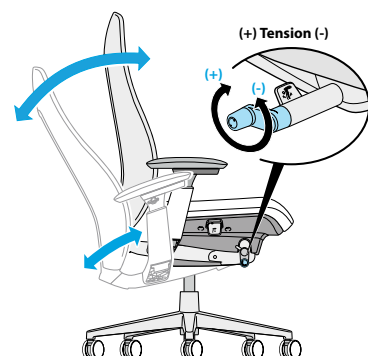


4 Mécanisme de tension

Il règle la résistance que vous ressentez lorsque vous vous penchez en arrière, ainsi que l'effort nécessaire pour vous pencher en arrière. (1) Tournez la manivelle vers l'avant (dans le sens des aiguilles d'une montre) pour serrer la tension et vers l'arrière (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre) pour relâcher la tension.

Une fois que la tension a atteint son maximum dans l'une ou l'autre direction, ne forcez pas davantage la manivelle.

La manivelle peut être tirée vers l'extérieur pour une utilisation plus facile ; veuillez la repousser vers l'intérieur après utilisation.



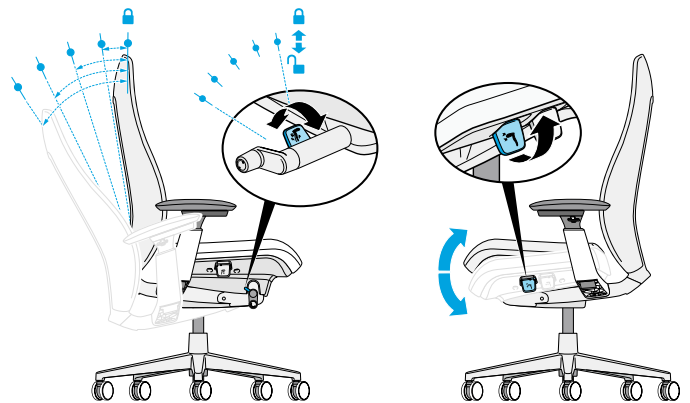
5 Blocage du dossier et Inclinaison d'assise (optionnel)

Le blocage du dossier permet aux utilisateurs de le verrouiller en position verticale. Au total, il y a 5 positions de dossier.

(1) Inclinez-vous jusqu'à la position d'arrêt souhaitée et (2) appuyez sur le levier pour activer le blocage du dossier. (3) Tirez le levier vers le haut pour libérer le dossier. Faites pivoter le levier vers l'avant pour engager ; faites pivoter vers l'arrière pour désengager.

L'inclinaison avant vous permet de varier votre posture tout au long de la journée en changeant la courbe de votre colonne vertébrale.

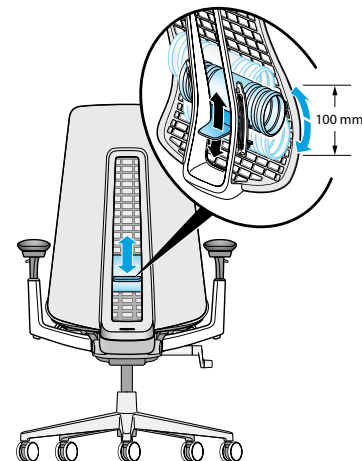
(1) Appuyez le levier vers le bas. (2) Inclinez-vous jusqu'à ce que vous entendiez un clic, puis penchez-vous en avant. (3) Tirez le levier vers le haut et penchez-vous en arrière pour libérer l'inclinaison avant.



6 Soutien lombaire (optionnel)/Réglage

L'ajustement lombaire offre un soutien supplémentaire dans le bas du dos. Il maintient la courbure naturelle de la colonne vertébrale au niveau du bas du dos et permet aux utilisateurs de choisir le soutien qui leur convient. Le support passif intégré fait pivoter le bassin vers l'avant pour maintenir la forme naturelle de la colonne vertébrale.

(1) Tirez sur la poignée pour remonter le coussin lombaire ; poussez vers le bas pour l'abaisser.



7 Réglage des accoudoirs (optionnels)

Le réglage en hauteur s'adapte aux utilisateurs, afin qu'ils évitent de lever les épaules ou de se pencher sur le côté pour obtenir un soutien des bras.

(1) Le réglage en hauteur des accoudoirs permet de maintenir les épaules de l'utilisateur dans une position naturelle. Pour modifier la hauteur de l'accoudoir, tirez le levier vers le haut et faites coulisser l'accoudoir vers le haut ou vers le bas.

(2) Le réglage latéral des accoudoirs permet de les adapter à la largeur des épaules des utilisateurs. Saisissez la couverture de l'accoudoir et faites-la glisser latéralement selon vos besoins.

(3) Le réglage de l'accoudoir d'avant en arrière permet aux utilisateurs de se rapprocher de leur surface de travail tout en maintenant la bonne position du dossier. Saisissez l'accoudoir et faites-le glisser vers l'avant ou l'arrière selon vos besoins.

(4) Le pivot de l'accoudoir permet à l'utilisateur de bénéficier d'un soutien adéquat de l'avant-bras quand il utilise la souris ou le clavier. Pour modifier l'angle de l'accoudoir, saisissez la couverture de l'accoudoir et faites tourner l'avant de l'accoudoir pour le rapprocher ou l'éloigner du corps.

