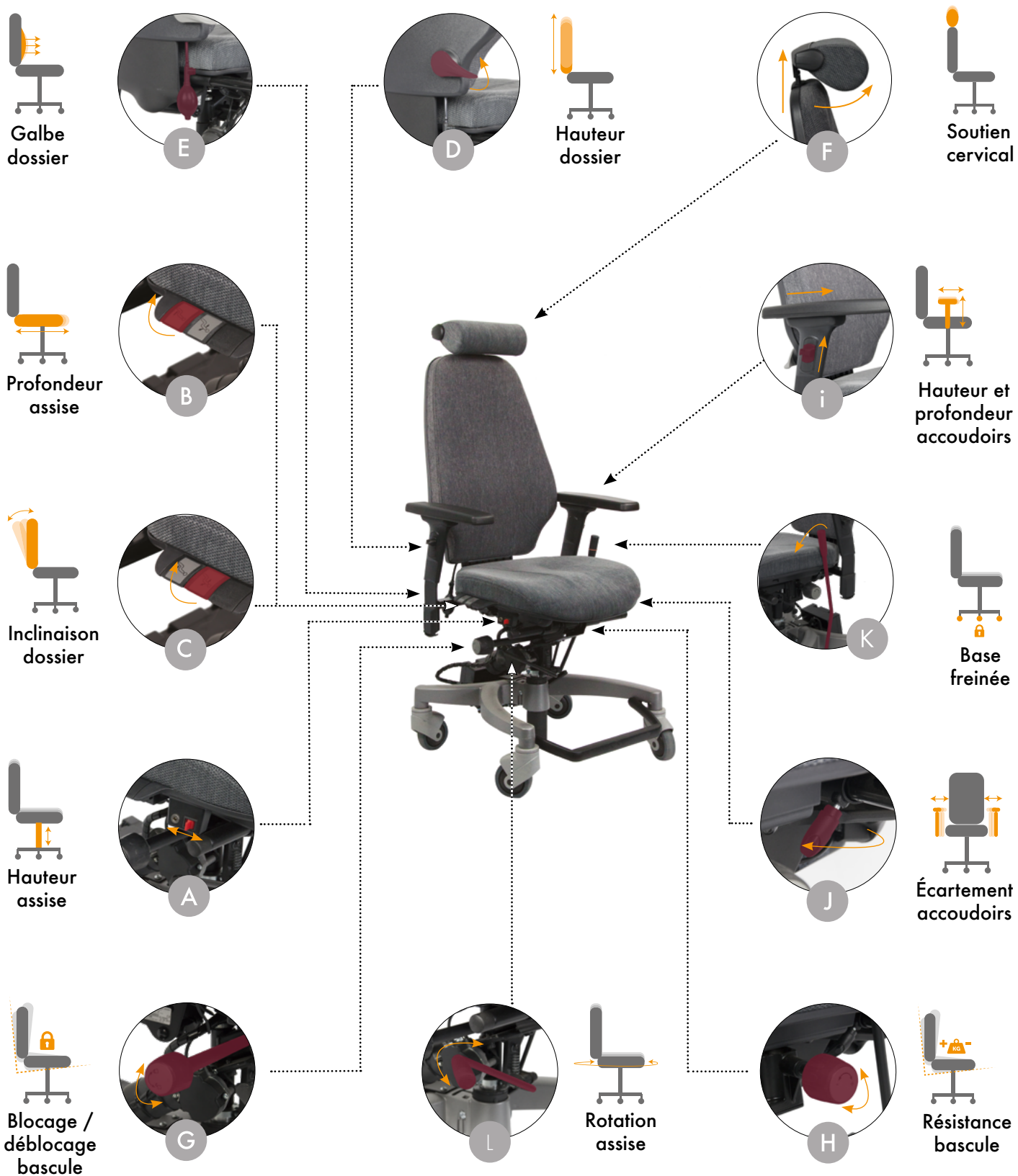


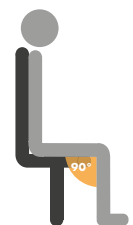


RÉGLAGES ET INSTALLATION

Les photos des manettes de réglage citées ci-dessous sont présentes en page 1.

Hauteur de l'assise

- A** Asseyez-vous au fond du siège et veillez à avoir les pieds bien à plat sur le sol. Montez ou baissez l'assise à l'aide **du bouton rouge situé à droite de votre siège**. Relâchez le bouton lorsque l'angle à l'articulation du genou est à environ 90°.



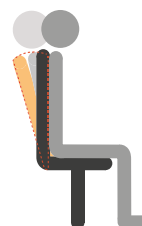
Profondeur de l'assise

- B** Descendez du siège et actionnez **la manette située à droite du siège** tout en tirant ou poussant l'assise. Une bonne profondeur doit permettre le passage d'une main entre le bout de l'assise et le creux poplité (arrière du genou).



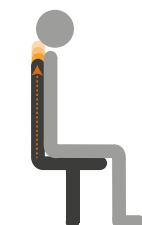
Inclinaison du dossier

- C** Réglez l'inclinaison du dossier selon votre angle de confort en relevant **le deuxième bouton à droite de votre siège**, tout en faisant varier la position du dossier avec votre dos. Relâchez le bouton pour fixer le dossier.



Hauteur du dossier

- D** Réglez la hauteur du dossier en relevant **la manette située en bas à droite à l'arrière du dossier**, tout en montant ou descendant le dossier à votre convenance. Relâchez la manette lorsque le réglage vous convient.



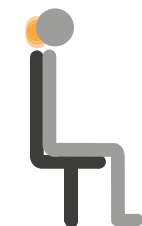
Galbe du dossier

- E** Modifiez la courbure du dossier **en pressant la pompe** située à l'arrière droite du dossier. Pour réduire la pression, appuyez sur le bouton se trouvant sur la tige de la pompe.



Soutien cervical

- F** Ajustez le soutien cervical en hauteur **en le faisant coulisser de haut en bas**, exactement comme dans une voiture. Puis, réglez la profondeur grâce à **ses points de pivot** de manière à ce que vous puissiez vous reposer dessus en position «relâchée», sans qu'il vous gêne lorsque vous effectuez des tâches plus actives (saisie informatique, contrôle de documents, etc).



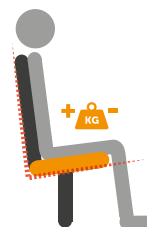
Inclinaison de l'assise et réglage de la bascule

- G** Inclinez le siège en tournant **la manette ronde située à droite du siège**, en direction du cadenas ouvert pour libérer la bascule, et du cadenas fermé pour la bloquer.



Résistance de la bascule

Si vous souhaitez utiliser le siège en «bascule libre», réglez l'intensité de cette bascule afin de ne pas être poussé vers l'avant, ni de partir trop en arrière. Le mouvement des bras d'avant en arrière doit permettre l'inclinaison du siège. Pour modifier l'intensité, bloquez la bascule à l'aide de la manette puis **tournez la molette ronde située sous le siège**. Lorsque vous êtes assis, tournez vers le + pour durcir le retour, et vers le - pour l'assouplir. Ce réglage est très précis et nous vous recommandons de prendre le temps de le faire avec soin, et de demander de l'aide à votre distributeur pour toute question.



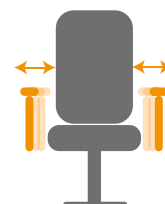
Hauteur et profondeur des accoudoirs

Une fois tous ces réglages effectués, réglez les accoudoirs. Un réglage efficace des accoudoirs permet de supprimer les tensions qui peuvent se créer sur les membres supérieurs. Les accoudoirs doivent soutenir les bras dans la position la plus naturelle possible. Dans un premier temps, descendez-les au maximum **en utilisant le bouton situé sur le côté extérieur**, puis l'un après l'autre, remontez-les jusqu'à ce qu'ils entrent en contact avec votre coude et bloquez-les à cette hauteur. Cette hauteur doit correspondre à un angle des coudes d'environ 90°.



Écartement des accoudoirs

Lorsque la hauteur des deux accoudoirs est fixée, réglez la largeur grâce aux molettes situées sous le siège de manière à adopter une position naturelle, sans avoir les bras trop écartés du corps. Enfin, installez-vous à votre bureau et ajustez les accoudoirs afin qu'ils viennent prolonger le plan de travail. Sur les accoudoirs Ergo-Flex, vous pouvez également ajuster la profondeur et l'inclinaison latérale.



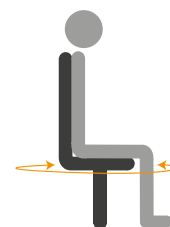
Base freinée

Afin de sécuriser le fauteuil lors de l'assise, du relevage ou du transfert de l'utilisateur, il est possible de freiner la base **en baissant le levier situé à gauche du fauteuil. Relevez le levier pour libérer les roues**. Cette fonction est également disponible en version électrique.



Rotation de l'assise

L'assise du fauteuil peut effectuer une rotation de 90° vers la gauche ou vers la droite du fauteuil. Pour actionner cette fonctionnalité, **relevez le levier situé à droite en dessous de l'assise**.



Les sièges Tilt sont conçus pour vous apporter soutien et dynamisme dans vos postures de travail. Cependant, n'oubliez pas qu'il n'existe pas de «bonne» posture en particulier, aussi nous vous recommandons d'essayer plusieurs configurations de réglages sur votre Tilt et de faire varier vos positions au maximum.