

Die richtige Einstellung:



Die **korrekte Sitzhöhe** richtet sich nach Ihrer Unterschenkellänge. Ein Winkel zwischen 90° - 100° ist optimal.

Die richtige Einstellung:



Die **Armlehnenhöhe** wird so eingestellt, dass die Ellenbogen parallel zur Tischoberfläche unter Entlastung des Schulter-gürtels senkrecht auf den Armauflagen aufliegen.

Die richtige Einstellung:



Die **Rückenlehne** sollte so oft wie möglich frei beweglich eingestellt sein. Nur dadurch ist dynamisches Sitzen möglich!

Die richtige Einstellung:



Die Position und Wölbung der **KÖHL – Bandscheiben-Stütze (KBS®)** wird so eingestellt, dass Ihr Becken gut abgestützt wird und Ihre Wirbelsäule sich dadurch aufrichtet.

Die richtige Einstellung:



Die **Korrekte Tischhöhe** ergibt sich aus Ihrer Sitz- und Armlehnenhöhe, die bei einer ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung auf Ihre Körpergröße einstellbar sein muss. Fußstützen können zu hohe Tische ausgleichen, zu niedrige Tische müssen in der Höhe eingestellt werden.

Die richtige Einstellung:



- 1 Sitzhöhe** durch Zugtaste stufenlos einstellbar
- 2 Gewichtsanzpassung / Gegendruck der Rückenlehne**
Mittels herausziehbarem Handrad lässt sich der Anpressdruck der Rückenlehne durch Drehen anpassen. Drehen nach vorne erhöht den Anpressdruck, drehen nach hinten verringert ihn.

Die richtige Einstellung:



- 3 **AL 17** - Höheneinstellbar mittels Druckknopf unterhalb der Armauflage.
- 4 Breiteneinstellbar durch Lösen des Schnellverschlusses am Sitzträger.

Die richtige Einstellung:



5 Synchronfreischaltung

Durch Herunterdrücken der Zugtaste wird die Rückenlehne freigeschaltet = dynamisches Sitzen. Durch Hochziehen der Taste kann die Rückenlehne in jeder Position arretiert werden.

Die richtige Einstellung:



5a Sitzneigeeinstellung

Herausziehen der Zugtaste neigt die Sitzfläche um zusätzlich 4° nach vorne, Hereindrücken der Zugtaste deaktiviert diese Funktion.

Die richtige Einstellung:



6 Schiebesitzfunktion

Durch Ziehen der Funktionstaste unterhalb der Sitzfläche lässt sich der Sitz in der Tiefe der Beinlänge anpassen.

Die richtige Einstellung:



7 KÖHL-Bandscheiben-Stütze (KBS®)

Durch drehen des Einstellrades nach rechts oder links lässt sich die Wölbung der Rückenlehne im Lordosenbereich exakt an die Wirbelsäule anpassen, wodurch eine gestützte, aufrechte Sitzposition gewährleistet wird.

Die richtige Einstellung:



8 RückenhöhenEinstellung

Durch Nachobenziehen der Lehne lässt sich diese im Zentimeter raster um 8 cm in der Höhe einstellen.