

opus.



LD
seating

NÁVOD K POUŽITÍ
OPERATING INSTRUCTIONS
BEDIENUNGSANLEITUNG

CZ/ Správné sezení a používání židle

Správné a dynamické sezení má pozitivní vliv na Kreativitu, Produktivitu, Motivaci a Zdraví. Předchází jednostrannému zatížení a neustále aktivuje a zachovává přirozené procesy těla. I výborná židle může poskytnout plný užitek pouze pokud je správně nastavena a používána.

- Používejte celou hloubku sedací plochy
- Nastavte správnou výšku sezení. Celá plocha chodidel nebo botou musí lehce spočívat celou plochou na podlaze a stehna a lýtka by měla přibližně svírat úhel 90°.
- Nastavte správnou polohu bederní opěrky. Největší zakřivení opěradla by mělo být v místě, kde je největší prohnutí páteře směrem dopředu.
- Nastavte správnou výšku područek. Paže a předloktí by měly přibližně svírat úhel 90° a ruce by měly pohodlně ležet na desce psacího stolu.
- Nastavte vhodný a přiměřený odpor

opěradla nastavením síly přítlaku mechanismu dle váhy uživatele. Synchronní mechanismus podporuje dynamické sezení a poskytuje neustálý kontakt zad s ergonomicky tvarovaným opěradlem a tím významně snižuje tlak na meziobratlové ploténky.

- Sed'te dynamicky. Osvojte si a využívejte dynamické možnosti své židle. Naučte se podvědomě dodržovat zde uvedené základní body a udržovat vzpřímenou páteř ve tvaru písmene S.

GB/ Correct seating posture and using a chair

Proper and dynamic seating contributes to greater Creativity, Productivity, Motivation and Health. It prevents uneven strain and activates and respects the natural body processes. But for you to receive the full benefits, even the best chair needs to be properly set and used.

- Use the whole seat pan depth

- Set the seat to the proper height. Adjust the height of the chair so that your feet rest comfortably on the floor. The angle between thighs and calves should be approximately 90°.

- Set the lumbar support. The greatest curve of the backrest should be in located at the area where your lumbar spine is most curved forward.

- Set armrests to the proper height. The angle formed by your upper arm and forearm should be approximately 90°, and your hands should rest comfortably on the surface of your desk.

- Set the backrest to the appropriate and adequate counter-pressure by setting the pressure of the mechanism according to your weight. The synchronous mechanism supports dynamic seating and ensures that your back is in constant contact with the ergonomically-shaped backrest. This significantly reduces the pressure on the intervertebral discs.

- Sit dynamically. Learn to use the dynamic

capabilities of your chair, observe these basic recommendations and keep an up-right S-shaped posture.

DE/ Richtiges Sitzen und Benutzung des Stuhles

Durch entspanntes und dynamisches Sitzen entstehen sehr positive Einflüsse auf Wohlbefinden und Gesundheit, wodurch Produktivität und Kreativität aktiviert werden. Der dynamische Sitzkomfort unterstützt intensiv die natürliche Körperbewegung und verhindert so unangenehme, leistungsmindernde Sitzverspannungen. Aber auch der beste Bürostuhl ist nur so gut, wie er richtig eingestellt wird. Beachten Sie deshalb die nachfolgenden Grundregeln:

- Setzen Sie sich auf die gesamte, vorhandene Sitzfläche und nicht nur auf einen Teil.
- Stellen Sie mit Hilfe des Qualitätsliftes die richtige Sitzhöhe ein. Dabei sollen die Füße plan auf dem Fußboden stehen. Oberschenkel und Unterschenkel bilden d-

abei ein 90°-Winkel, so dass Unterarme und Hände ungehindert auf dem Schreibtisch Platz finden.

- Stellen Sie die für Sie richtige Position der Bandscheibenstütze ein. Die Wölbung der Bandscheibenstütze soll so eingestellt werden, dass sie genau in dem Hohlbereich der Bandscheibe zu spüren ist.

- Stellen Sie die für Sie richtige Höhe der Armlehnen ein. Ober- und Unterarm sollen dabei ebenfalls einen ungefähren 90°-Winkel bilden. Die Unterarme können nun bequem auf der Tischplatte aufliegen.

- Stellen Sie im Verhältnis zu Ihrem Körpergewicht den Gegendruck der Rückenlehne ein. Der vorhandene Synchronmechanismus des Stuhles unterstützt zusätzlich das dynamische Sitzen und sorgt für den richtigen Körperkontakt zwischen ergonomisch geformter Rückenlehne und der Wirbelsäule.

- Nutzen Sie die gesundheitsfördernde Sitzdynamik der Synchronmechanik zu Ihrem Vorteil. Ihr Rücken, vor allem Ihre Bandscheibe werden es Ihnen danken.

CZ/ Ovládání židle**■ Výška sedáku
Zvýšení sedáku:**

1. Odlehčete sedák
2. Pravou páčku pootočte nahoru (sedák se pomalu vysouvá)
3. Zvolte vhodnou výšku a páčku povolte. Sedák se zajistí v této poloze

■ Snížení sedáku:

1. Zatižte sedák
2. Pravou páčku pootočte nahoru (sedák se pomalu zasouvá)
3. Zvolte vhodnou výšku a páčku povolte. Sedák se zajistí v této poloze

GB/ Adjusting the chair**■ Seat height
Raising the seat:**

1. Release the pressure on the seat

2. Pull the right lever up (seat height is increased slowly)
3. Set the seat to the appropriate height and release the lever. The seat will lock into that position

■ Lowering the seat:

1. Apply pressure on the seat
2. Push the right lever down (seat height is lowered slowly). Set the seat to the appropriate height and release the lever. The seat will lock into that position.

DE/ Einstellung des Stuhles**■ Sitzhöhereinstellung (nach oben)**

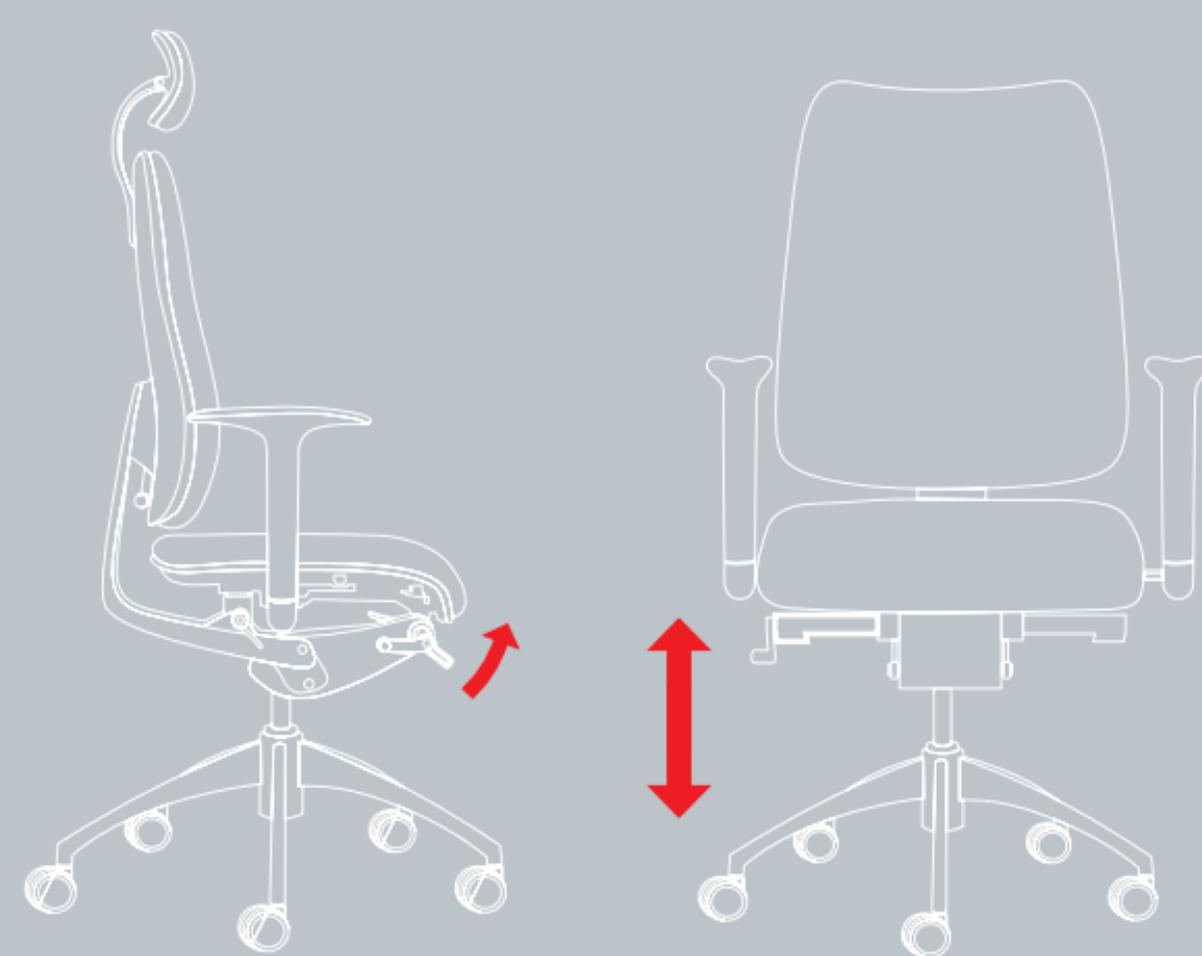
1. Entlasten Sie den Sitz
2. Drehen Sie den rechten Hebel der Mechanik nach oben. Der Sitz hebt sich.
3. Wenn die richtige Sitzhöhe erreicht



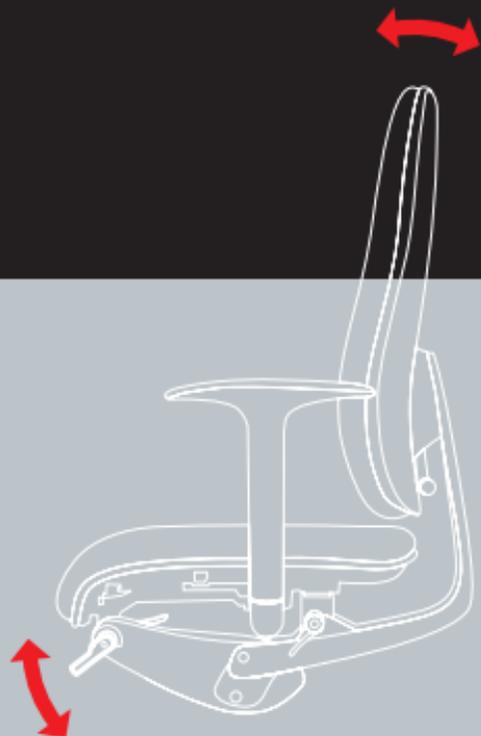
ist, lassen Sie den Hebel los. Der Sitz bleibt stehen.

■ Sitzhöhereinstellung (nach unten)

1. Setzen Sie sich auf den Stuhl
2. Drehen Sie den rechten Hebel der Mechanik wieder nach oben. Der Sitz senkt sich.
3. Wenn die richtige Sitzhöhe erreicht ist, lassen Sie den Hebel los. Der Sitz bleibt stehen.



opus.



CZ/ Nastavení a ovládání mechanismu židle

■ Dynamické sezení

Jak nastavit opěrák do synchronní polohy:

1. Uvolněte tlak na opěrák
2. Páčku na levé straně pod sedákem pootočte nahoru
3. Mírně se opřete o opěrák
4. Mechanismus se uvede do synchronní polohy

■ Fixace opěradla v požadované poloze

Jak upravit opěrák do pevné polohy:

1. Zvolte vhodný sklon opěráku
2. Páčku na levé straně pod sedákem pootočte dolů
3. Sedák se zajistí v této poloze

■ Nastavení tuhosti synchronního mechanismu

Jak nastavit tuhost synchronního mechanismu

1. Vysuňte otočný regulátor

- na pravé straně pod sedákem
2. Otáčením doprava se zvyšuje odpor synchronního mechanismu. Otáčením doleva se snižuje odpor synchronního mechanismu
3. Správně nastavený odpor opěráku by měl dostatečně podírat záda, ale respektovat polohu sezení

GB/ Setting and adjusting the chair mechanism

■ Dynamic seating

How to set the backrest into a synchronous position:

1. Lean forward, releasing the pressure on the backrest
2. Pull up the lever located under the seat on the left side
3. Lean back and gently rest your back against the backrest
4. The mechanism will be set in a synchronous position

■ Setting the backrest into the desired position How to set the backrest into a fixed position:

1. Select the appropriate tilt of the backrest
2. Push down the lever located under the seat on the left side
3. The seat will lock into that position

■ Adjusting the counter-pressure of the synchronous mechanism How to set the counter-pressure of the synchronous mechanism

1. Pull out the rotary control located under the seat on the right side
2. Turning the control clockwise will increase the counter-pressure of the synchronous mechanism. Turning the control counter-clockwise will decrease the counter-pressure of the synchronous mechanism
3. When the counter-pressure is set properly your back should be supported when you are in a sitting position

DE/ Einstellung und Betätigung des Stuhlmechanismus

■ Einstellung der Synchronmechanik

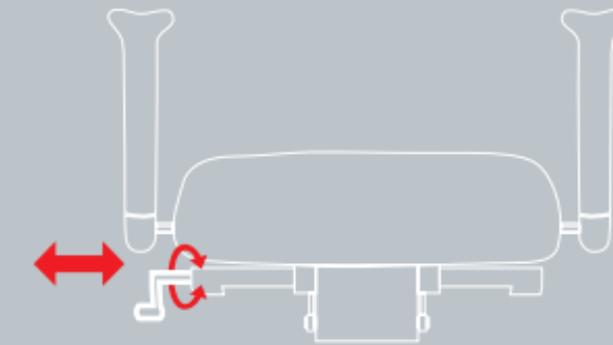
1. Entlasten Sie die Rückenlehne
2. Drehen Sie den linken Hebel der Mechanik nach oben.
3. Drücken Sie mit dem Rücken gegen die Rückenlehne.
4. Jetzt können Sie die Rückenlehne und den Sitz synchron miteinander bewegen

■ Einstellung der Rückenlehnenneigung

1. Wählen Sie den für Sie angenehmen Öffnungswinkel.
2. Drücken Sie den linken Hebel der Mechanik nach unten.
3. Die Rückenlehne und der Sitz bleiben in der gewählten Position.

■ Einstellung und Betätigung der Synchronmechanik Rückenlehndruck durch Federkraftregulierung

1. Ziehen Sie auf der rechten Seite unter dem Sitz den Drehregulator heraus.
2. Drehen Sie den Regulator nach oben oder nach unten. Dadurch wird der Gegendruck der Rückenlehne härter oder weicher.
3. Wenn die richtige Einstellung des Gegendrucks der Rückenlehne und die Sitzneigung richtig angepasst sind, entsteht ein Sitzwohlgefühl.



opus.



CZ/ **Nastavitelná bederní opěrka**

■ **Regulátor bederní opěrky je umístěn na zadní straně opěráku.**

1. Zasunutím nebo vysunutím ovladače bederní opěrky zvolíte vhodnou výšku bederní opěrky což umožní lépe přizpůsobit tvar bederní části opěráku tvaru Vašich zad

■ **Nastavení hlavové opěrky:**

Mírným tlakem natočte hlavovou opěrku do požadované polohy

GB/ **Adjustable lumbar support**

■ **The lumbar support control is located on the back of the backrest.**

1. You can set the proper height of the lumbar support by pushing in or pulling out the lumbar support control. This allows you to adjust the shape of the lumbar support to fit the shape of the small of your back.

■ **Adjustment of the headrest height:**

Move the headrest forward or backwards in desired position by pushing softly.

DE/ **Einstellung der Bandscheibenstütze**

■ **Der Verstellmechanismus für die Bandscheibenstütze befindet sich in der Halterung für die Rückenschale.**

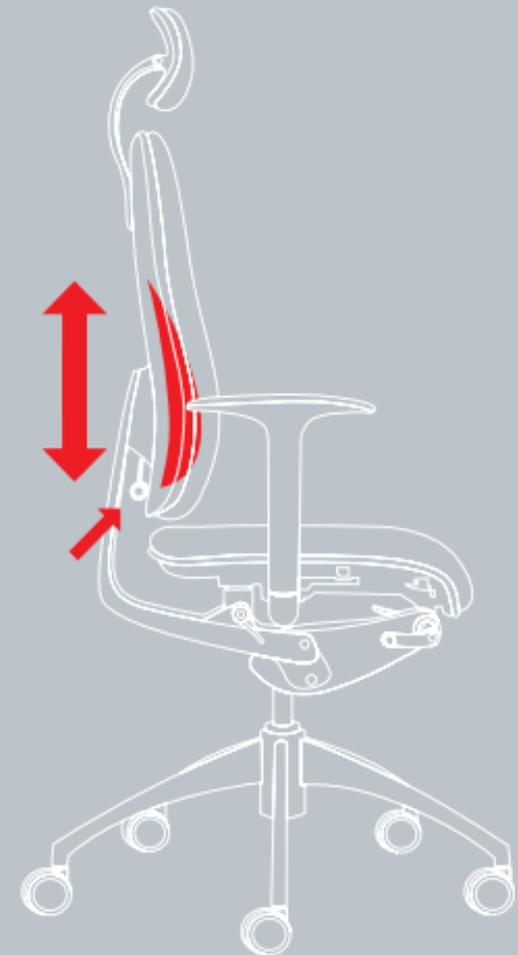
1. Durch Eindrücken oder Herausziehen des Verstellstiftes, können Sie

ergonomisch richtig die gewünschte Stärke der Bandscheibenstütze nach Ihrem Bedürfnis einstellen.

■ **Einstellung der Kopfstütze**

Bringen Sie die Kopfstütze durch sanftes Schwenken in die gewünschte Position

LD SEATING.



CZ/ Nastavení hloubky sedáku (volitelné)**■ Jak nastavit hloubku sedáku:**

1. Zatlačte ovladač na pravé straně pod sedákem
2. Zvolte vhodnou polohu a uvolněte ovladač
3. Sedák zůstane ve zvolené poloze

Nastavení sklonu sedáku - dvě polohy (volitelné)**■ Jak nastavit sklon sedáku:**

1. Uvolněte tlak na sedák
2. Pootočením otočného regulátoru umístěného v zadní části pod sedákem upravíte sklon sezení

GB/ Optional seat pan depth adjustment**■ How to set the depth of the seat pan:**

1. Press the safety latch located under the seat on the right side
2. Select the appropriate position and release the security latch
3. The seat will lock into that position.

Optional seat tilt adjustment (two positions)**■ How to set the tilt of the seat:**

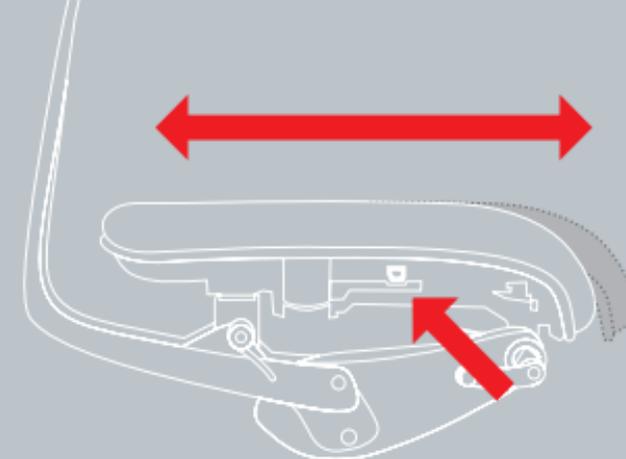
1. Release the counter-pressure on the seat
2. By turning the adjustable control located in the back under the seat you can change the seat tilt

DE/ Einstellung der Sitztiefe (optional)

1. Drücken Sie den Sicherungsknopf auf der rechten Seite unterhalb des Sitzes ein.



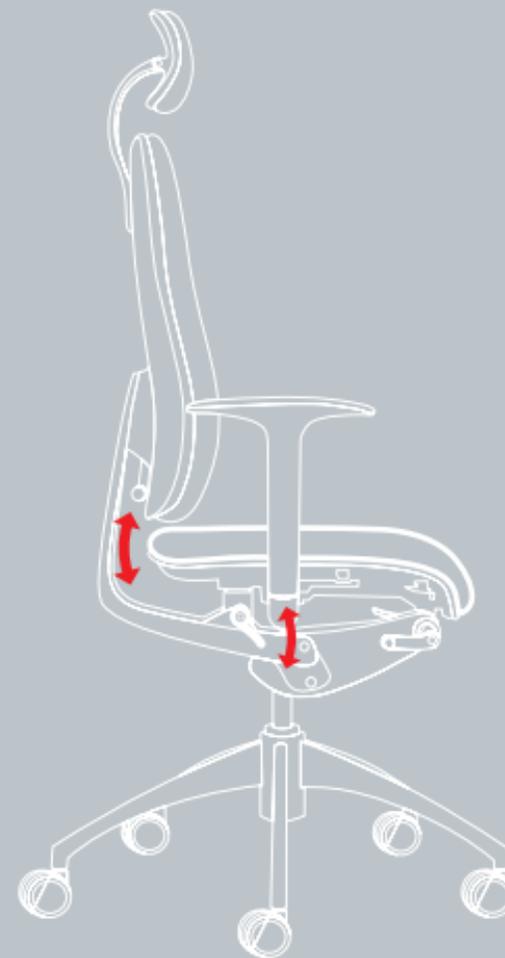
LD
seating



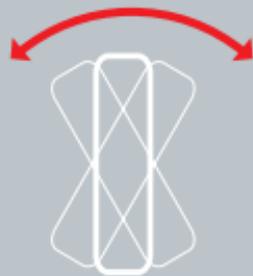
2. Wählen Sie die für Sie gewünschte Sitztiefe und lösen Sie den Sicherungsknopf aus.
3. Der Sitz verharrt in der gewählten Position.

■ Einstellung der Sitzneigung (optional)

1. Entlasten Sie den Sitz.
2. Im unteren, hinteren Bereich des Sitzes befindet sich der Verstellregulator für die Sitzneigung. Durch Drehen können Sie die gewünschte Sitzneigung einstellen.



opus



CZ/ Nastavení područek

■ Upozornění:

Před vlastním nastavením se ujistěte, jakým typem područek je židle vybavena. Dle typu područek, kterými je židle vybavena, je možné provést nastavení:

■ Výšky područek:

1. Stiskněte tlačítko na boční straně područky
2. Nastavte vhodnou výšku područky
3. Uvolněte tlačítko, područka je automaticky zajištěna

■ Šířky područek:

1. Povolte fixační šrouby na spodní straně područek
2. Nastavte vhodnou šířku područek
3. Fixační šrouby dotáhněte

■ Hloubky loketníků:

1. Mírným tlakem posuňte loketník do požadované polohy

■ Natočení loketníků:

1. Mírným tlakem natočte loketník do požadované polohy (max. rozsah +/- 30°)

GB/ Adjustable armrests setting

■ Notice:

Found out model of armrests the chair is equipped before its setting. According used armrests model, there can be adjusted:

■ Armrest height adjustment:

1. Push the button on side of the armrest
2. Set the armrest in desired height
3. Release the button, the armrest will be locked automatically

■ Armrest width adjustment:

1. Release fixing screws at bottom of the armrests
2. Set the desired width
3. Tighten the fixing screws

■ Arm pad depth adjustment:

1. Move the arm pad (elbow support) forward or backwards in desired position by pushing softly

■ Arm pad rotation adjustment:

1. Turn the arm pad (elbow support) softly in the desired position (max. range +/- 30°)

DE/ Einstellung der Armlehnen

■ Hinweise

Klären Sie vorerst ab, welches Armlehnenmodell auf Ihrem Stuhl montiert ist. Je nach Ausführung können die Armlehnen folgende Einstellmöglichkeiten besitzen:

■ Höheneinstellung

1. Drücken Sie auf den Knopf seitlich an der Armlehne.
2. Bringen Sie die Armlehnen in die gewünschte Position.

3. Lassen Sie den Knopf wieder los. Die Armlehne rastet ein.

■ Breiteneinstellung:

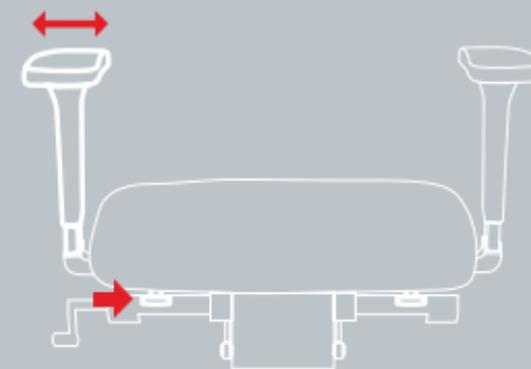
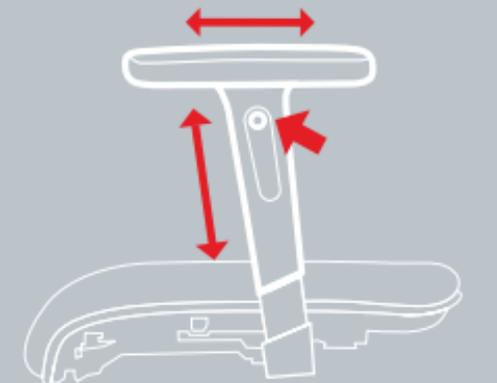
1. Lösen Sie die Handschrauben an der Unterseite der Armlehnen.
2. Stellen Sie die gewünschte Breite der Armlehnen ein.
3. Ziehen Sie die Handschrauben wieder an.

■ Tiefeneinstellung:

1. Bewegen Sie hierzu die Armauflage nach vorne und hinten, um die gewünschte Position einzustellen.

■ Einstellung des Winkels der Armauflage:

1. Bringen Sie die Ellenbogenauflage durch sanftes Schwenken in die gewünschte Position (max. +/-30°)



opus.



**CZ/ Užívání
židle**

Tyto židle smějí být užívány pouze s odpovídající pozorností a péčí ke svému účelu. Dbejte, aby jednotlivé části židle nenarážely na nábytek. Mohlo by dojít k jejich poškození. Užívání těchto židlí k jiným účelům (sezení na opěradle apod.) je velmi nebezpečné a může způsobit úraz.

■ Údržba, čištění

Pro běžné čištění a údržbu, pravidelně vysávejte potahové látky vysavačem. V případě potřeby čistěte šetrným čistícím prostředkem.

Kůže je specifický přírodní materiál, a proto vyžaduje šetrnou údržbu. Jemné znečištění odstraňte vlněnou látkou. Silné znečištění odstraňte pouze prostředkem určeným na čištění kůží. Kožený výrobek nevystavujte přímému slunečnímu záření.

Čištění plastových částí provádějte pouze

jemnými čistícími prostředky. Nepoužívejte agresivní chemické čističe.

■ Servisní opravy

Opravy mechanismu a pístu musí být vždy prováděny pouze autorizovanými osobami.

**GB/ Using
the chair**

This chair must be used for its intended purpose only and with appropriate care and attention. Prevent individual parts from hitting against furniture as that might damage them. Using this chair for other purposes (such as sitting on the arm-rest etc.) is very dangerous and may cause an accident.

■ Maintenance, cleaning

Routine cleaning and maintenance: use a vacuum cleaner regularly in order to clean upholstery. In case of necessity, use

damped cloths or a gentle detergent. Leather is a specific natural material and hence it requires special care. Slight dirt can be

cleaned away with a soft wool cloth. Heavier dirt can only be removed with products specifically intended for leather cleaning. Leather products must be kept out of direct sunlight.

Plastic components can be cleaned with a mild detergent only. Do not use aggressive chemical detergents.

■ Service

Repairs and maintenance of mechanism and piston must be performed by experts only.

**DE/ Benutzen Sie den Stuhl
ergonomisch richtig**

Verwenden Sie ihn, wofür er hergestellt wurde: als ein die Gesundheit unterstützendes Sitzmöbel für hohe Ansprüche

in der Arbeitswelt. Vermeiden Sie unnötige Beschädigungen oder gar Unfälle durch zweckentfremdete und beschädigende Nutzung.

**■ Instandhaltung und Pflege
des Stuhles**

Reinigen Sie die Stoffe und Polsterungen regelmäßig mit dem Staubsauger. Kunststoffteile pflegen Sie mit überall erhältlichen Kunststoffreinigern. Aggressive chemische Reinigungsmittel dürfen nicht verwendet werden.

■ Service und Reparatur

Gaslift - Service und Reparaturen an der Mechanik dürfen laut Gesetzgeber nur von autorisierten Firmen und Personen ausgeführt werden.



opus.

CZ/ Montáž:

1. Vyjměte díly z krabice
2. Nasadte kolečka na kříž
3. Postavte kříž kolečky na podlahu a zasuňte píst do kříže
4. Nasadte sedákový komplet na píst

GB/ Assembling

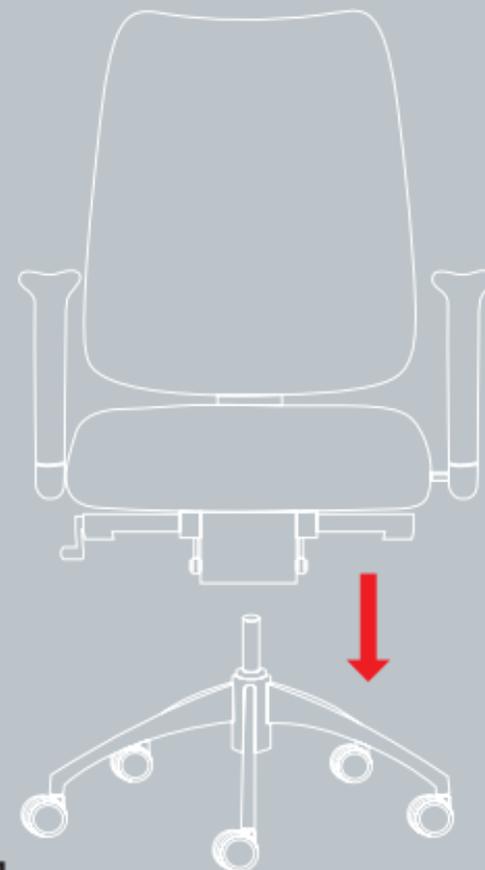
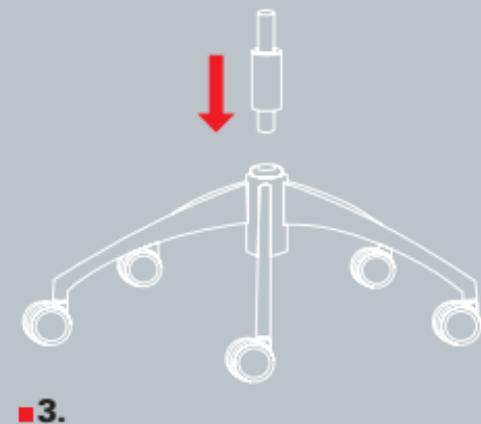
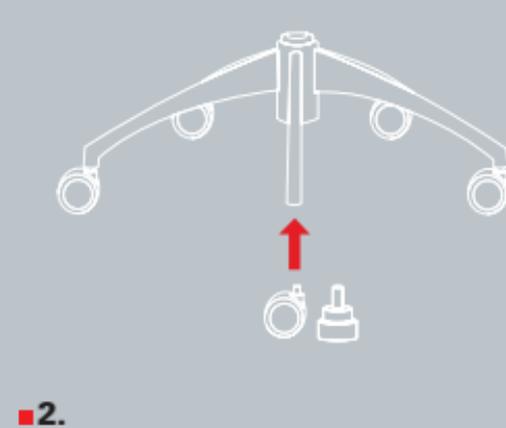
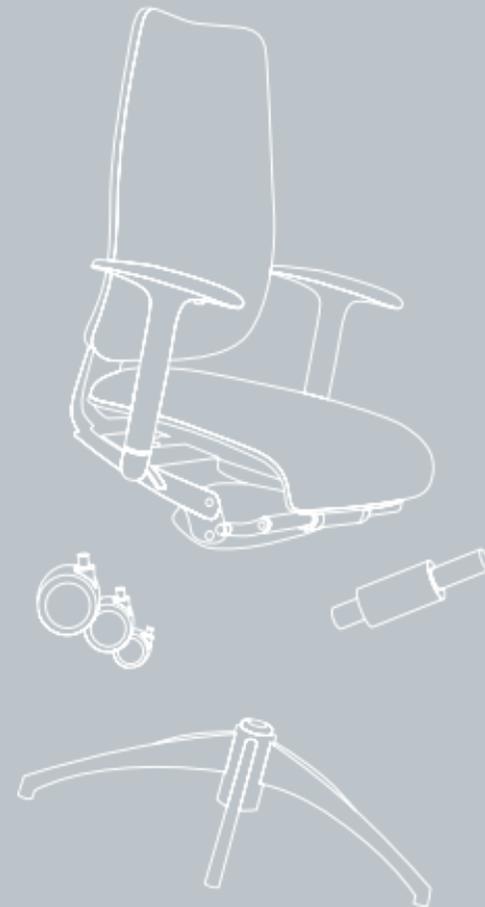
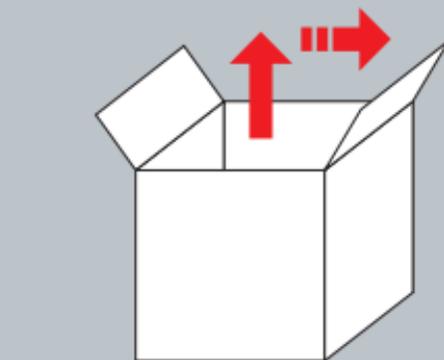
1. Take parts out of the box
2. Fix castors onto the base
3. Place the base on the floor with castors down and insert piston into the base
4. Fix the seat set onto the piston

DE/ Montage:

1. Entnehmen Sie alle Teile aus dem Transportkarton
2. Stecken Sie die Rollen in das Fußkreuz
3. Stellen Sie das Fußkreuz auf den

4. Stecken Sie nun das komplette Sitzteil auf den Gaslift auf.

LD
seating





www.ldseating.com