

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 en tournant vers l'arrière **la manette située à droite de votre siège**. Relâchez la manette 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 l'arrière gauche 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 **tournant la manette à gauche de votre siège**, tout en faisant varier la position du dossier avec votre dos. Relâchez la manette pour fixer le dossier.

Hauteur du dossier

- D** Levez-vous du siège et positionnez-vous derrière celui-ci. **Prenez le dossier des deux mains et soulevez-le** jusqu'à obtenir la hauteur désirée. Pour redescendre le dossier, montez-le au maximum puis redescendez-le.

Galbe du dossier

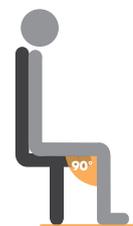
- E** Modifiez la courbure du dossier **en tirant la partie grise des clips** situés l'arrière droite du dossier. Pour détendre le galbe du dossier, appuyez sur les boutons noirs se trouvant juste à côté des clips. Afin de garantir un réglage optimal, demandez à une personne tierce d'effectuer ce réglage pendant que vous vous trouvez assis sur le siège et le guidez en fonction de votre ressenti.

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).

Réglage du synchrone

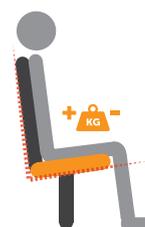
- G** Tournez vers l'arrière **la manette située à gauche du siège pour régler le siège en synchrone libre**.



Tension du synchrone

Pour modifier l'intensité du synchrone, **tournez la manivelle située à droite du siège, à l'avant de la manette de réglage de la hauteur d'assise.** Tournez en direction du + 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.

H



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°.

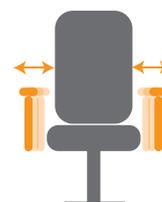
i



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.

J



Les sièges CPod 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 CPod et de faire varier vos positions au maximum.



UNE QUESTION ?

Pour toute assistance technique quant au réglage et à l'utilisation de votre siège, nous vous invitons à vous rapprocher de votre distributeur local, ou bien à nous contacter au 04 78 16 88 48 (par mail : contact@azergo.fr).