

## Mode d'emploi Equi 400

1-Hauteur du dossier.

1



2-Profondeur d'assise

2



3- Inclinaison dossier

3



4- Hauteur d'assise

4



5- Galbe du dossier

5





6

6- Soutien cervical



7

7- Hauteur, profondeur et orientation des accoudoirs



8

8- Écartement accoudoirs



9

9- Résistance de la bascule



10

10- Blocge/ débloccage bascule

### 1- Hauteur dossier

Réglez la hauteur du dossier en tournant vers le haut la manette située sur le côté droit du dossier, tout en le relevant ou le baissant. Replacerz la manette lorsque le dossier est à la bonne hauteur.

### 2- Profondeur d'assise`

Descendez du siège et soulevez la dernière manette située à droite. Tenir l'assise par le côté avant de la tirer ou de la pousser. Une bonne profondeur d'assise doit permettre le passage d'une main entre le bout de l'assise et le creux poplité (arrière du genou).

### 3- Inclinaison du dossier

Réglez l'inclinaison du dossier selon votre angle de confort en soulevant la deuxième manette située à droite de votre siège, tout en faisant varier la position du dossier avec votre dos. Relâchez la manette pour fixer le dossier.

### 4- Hauteur d'assise

Asseyez-vous au fond du siège et veillez à avoir les pieds bien à plat sur le sol. Montez ou baissez l'assise en soulevant la première manette située à droite de votre siège. Relâchez la manette lorsque l'angle à l'articulation du genou est à environ 90°.

### 5- Gable du dossier

Modifiez la courbure du dossier, sortez la pompe lombaire se situant à droite du siège, en-dessous du dossier et pressez-la jusqu'à obtenir le galbe désiré.

### 6- Soutien cervical

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 document, etc).

## 7- Hauteur, profondeur et orientation 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 appuyant sur la manette située sur chaque accoudoir, puis l'un après l'autre, remontez-les jusqu'à ce qu'ils entrent en contact avec votre coudes d'environ 90°. Réglez ensuite l'orientation des plateaux en les tournant dans le sens qui vous convient.

## 8- Écartement des accoudoirs

Lorsque la hauteur des deux accoudoirs est fixée, réglez leur écartement en desserrant la manette située sous le siège de manière à adopter une position naturelle, sans avoir les bras trop écarté du corps. Enfin, installez-vous à votre bureau et ajustez les accoudoirs afin qu'ils viennent prolonger le plan de travail.

## 9- Résistance de la bascule

Pour modifier l'intensité de la bascule, tournez la manette ronde située à gauche en-dessous de l'assise. Tournez vers l'arrière pour durcir la tension, et dans le sens inverse pour la relâcher. 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.

## 10- Blocage/déblocage bascule

Tournez vers l'arrière la manette ronde située sous l'assise à droite pour régler le siège en bascule libre. Tournez cette manette vers l'avant pour fixer le siège dans une position définie.