

office chairs.

SYS - MECHANISM



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 musí lehce spočívat na podlaze, stehna a lýtka by měla přibližně svírat úhel 90°.
- Nastavte správnou výšku područek. Paže a předloktí by měly přibližně svírat úhel 90°, ruce by měly pohodlně ležet na desce pracovního stolu.
- Nastavte vhodný a příjemný odpor opěradla nastavením síly přítlaču mechanismu dle váhy uživatele. Synchronní mechanismus podporuje dynamické sezení a poskytuje neustálý kontakt zad s ergonomicky tvarovaným opěradlem a tím význam-

ně snižuje tlak na meziobratlové ploténky.

- Seděte 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

Correct and dynamic seating posture has a positive influence on creativity, productivity, motivation and health. It prevents one-sided burdening and constantly activates and maintains natural body processes. However, even with a high-quality chair, in order to ensure the most efficient use it is necessary to adjust and use the chair appropriately.

- Use the entire length of seating surface.
- Set the right seat height. Place the entire soles of your feet or shoes flat on the floor. Thighs and calves should form an angle of approximately 90°.

- Adjust the right backrest height. The greatest curving of the backrest should be located at the area where your lumbar spine is most curved forward.

- Set the proper armrest height. Upper arms and forearms should form an angle of approximately 90°, hands ought to rest comfortably on the desktop.

- Set the appropriate backrest resistance by adjusting the mechanism pressure according to the user's weight. The synchronous mechanism supports dynamic sitting and ensures continuous contact between your back and the ergonomically shaped backrest, thus significantly reducing the pressure on intervertebral discs.

- Sit dynamically. Learn to make use of dynamic possibilities offered by your chair. Learn to follow the mentioned instructions subconsciously and to sit upright with the S-shape of the spinal column.

DE/ Richtige Sitzhaltung und der Gebrauch des Stuhls

Die richtige und dynamische Sitzhaltung hat einen positiven Einfluss auf die Kreativität, Produktivität, Motivation und Gesundheit. Sie beugt einseitiger Belastung vor, aktiviert und erhält nachhaltig die natürlichen Körperprozesse. Auch bei einem hochwertigen Stuhl ist es wichtig, diesen individuell auf den jeweiligen Benutzer einzustellen. Hierzu erhalten Sie folgende Tipps:

- Nutzen Sie die gesamte Sitzfläche.
- Die richtige Sitzhöhe: Stellen Sie hierzu ihrer Füße flach auf den Boden. Der Winkel zwischen Oberschenkel und Unterschenkel soll etwa 90° betragen.
- Die richtige Rückenlehneneinstellung: Die Lordosenstütze sollte in die stärkste Krümmung der Rückenlehne in Position gebracht werden, um den Rücken optimal zu unterstützen.
- Die richtige Armlehnenhöhe: Die Unter- und Oberarme sollten sich in einem Winkel von etwa 90° befinden.

- Der Gegendruck der Rückenlehne sollte auf das Körpergewicht des Nutzers richtig eingestellt werden. Die Synchronmechanik unterstützt das dynamische Sitzen und garantiert durch den Kontakt des Rückens mit der Rückenlehne eine wesentliche Entlastung der Bandscheibe.

- Sitzen Sie dynamisch: Machen Sie Gebrauch vom bewegten Sitzen, das Ihnen dieser Stuhl bietet. Folgen und verinnerlichen Sie sich die oben aufgeführten Regeln und sitzen Sie aufrecht auf dem Stuhl. Ihre Wirbelsäule wird es Ihnen danken.

CZ/ Nastavení sedáku

■ Zvýšení sedáku:

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

■ Posuv sedáku – SYS mechanismus:

1. Menší pravou páčku pootočte dolů
2. Pootočením páčky se odjistí mechanismus posuvu sedáku
3. Nastavte hloubku sedáku do zvolené polohy posunutím vpřed nebo vzad
4. Uvolněním páčky se sedák zajistí

ve zvolené poloze

■ Náklon sedáku – SYS

mechanismus

1. Odlehčete sedák
2. Otočte páčkou ve spodu zadní části sedáku (90°) a změňte náklon sedáku
3. Otočte páčkou zpět, sedák se zajistí v této poloze

GB/ Adjustment of seat

■ To lift the seat:

1. Release the seat
2. Pull the right lever upward (seat height is increased slowly)
3. When required seat height is reached, release the lever. The seat is locked in this position

■ To lower the seat:

1. Put weight on the seat

2. Pull the right lever downward (seat height is lowered slowly)

3. When required seat height is reached, release the lever. The seat is locked in this position

■ Seat depth adjustment – SYS mechanism:

1. Push out the smaller lever on the left bottom side of the seat to release the seat slide mechanism
2. Adjust the seat depth by sliding the seat forward or back
3. Release the lever to lock the seat in the desired position

■ Seat tilt adjustment – SYS mechanism:

1. Release pressure of the seat
2. Turn the lever at the bottom back of the seat (90°) to adjust the seat tilt
3. Lock the lever in the 1st position

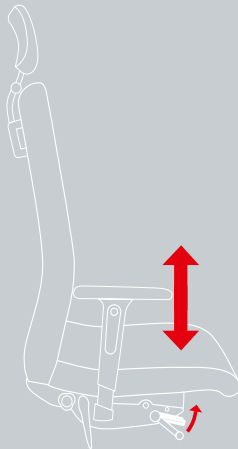
DE/ Einstellung des Sitzes

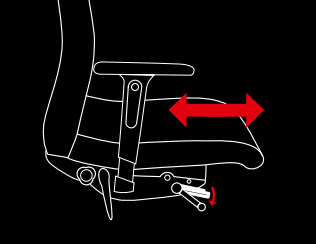
■ Höherstellen des Sitzes:

1. Entlasten Sie den Sitz.
2. Ziehen Sie den rechten Hebel unter dem Sitz nach oben (Der Sitz heft sich langsam).
3. Wenn die erforderliche Sitzhöhe erreicht ist, lassen Sie den Hebel los. Die Sitzposition ist jetzt arretiert.

■ Tieferstellen des Sitzes:

1. Belasten Sie den Sitz.
2. Ziehen Sie den rechten Hebel unter dem Sitz nach oben (Der Sitz senkt sich langsam).
3. Wenn die erforderliche Sitzhöhe erreicht ist, lassen Sie den Hebel los. Die Sitzposition ist jetzt arretiert.





■ **Einstellung der Sitztiefe** – SYS me-
chanik:

1. Drücken und halten Sie hierzu den Knopf auf der linken unteren Seite des Sitzes, um die Arretierung der Sitztiefe zu lösen.
2. Stellen Sie durch Verschieben des Sitzes nach vorne und hinten die richtige Sitztiefe ein.
3. Lassen Sie den Knopf wieder los, wenn Sie die gewünschte Position erreicht haben.

■ **Einstellung der Sitzneigung**
– SYS-Mechanik:

1. Entlasten Sie den Sitz
2. Drehen Sie den Hebel hinten unterhalb des Sitzes um 90°, um die Neigung des Sitzes einzustellen
3. Drehen Sie nun den Hebel wieder in die Ausgangsposition zurück



■ **SYS-mechanism**



■ **SYS-mechanism**



LD
seating

**CZ/ Nastavení a ovládání
mechanismu židle**

■ **Dynamické sezení**

■ **Nastavení sedáku a opěráku židle
do synchronního pohybu:**

1. Uvolněte tlak na opěrák
2. Páčkou 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 nastavit opěrák
do pevné polohy:**

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

**GB/ Adjustment and control
of chair mechanism**

■ **Dynamic sitting**

■ **Chair adjustment
to synchronized motion:**

1. Release pressure on the backrest
2. Pull the lever underneath the seat on the left upward
3. Lean gently against the backrest.
4. Mechanism is set in synchronous

■ **Fixing backrest in required position**

■ **How to adjust backrest
to a fixed position:**

1. Select desired tilt of the backrest.
2. Pull the lever underneath the seat on the left downward
3. Seat is locked in this position

**DE/ Einstellung
der Mechanik**

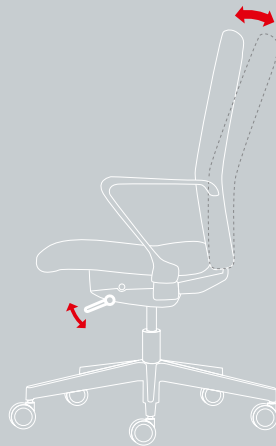
■ **Dynamisches Sitzen**

■ **Die Einstellung des Sitzes und
der Rückenlehne
in Synchronbewegung**

1. Entlasten Sie die Rückenlehne.
2. Ziehen Sie den Hebel links unterhalb des Sitzes nach oben
3. Lehnen Sie sich leicht gegen die Rückenlehne.
4. Die Arretierung ist gelöst.

■ **Arretierung der Rückenlehne
in der gewünschten Position:**

1. Bringen Sie die Rückenlehne in die gewünschte Position.
2. Ziehen Sie den Hebel links unterhalb des Sitzes nach unten
3. Die Mechanik ist arretiert.



CZ/ **Nastavení tuhosti mechanismu**

■ **Jak nastavit tuhost synchronního mechanismu SYS**

1. Vysuňte klíčku regulátoru
2. Otáčením ve směru hodinových ručiček se zvyšuje odpor synchronního mechanismu. Otáčením proti směru hodinových ručiček se snižuje odpor synchronního mechanismu
3. Klíčku regulátoru zasuněte zpět
4. Správně nastavený odpor opěráku by měl dostatečně podpírat záda, ale respektovat polohu sezení

GB/ **Adjusting the tilt pressure of mechanism**

■ **How to adjust tension of synchronous mechanism SYS**

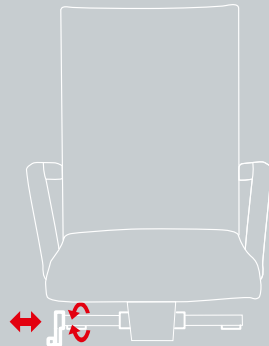
1. Pull the control lever
2. Turning the lever clockwise increases

- the tilt pressure of the synchronous mechanism. Turning the lever counter-clockwise decreases the tilt pressure of the synchronous mechanism
3. Push the control lever back
 4. Properly adjusted backrest tilt pressure will support the back while respecting the rating posture

DE/ **Einstellung und Betätigung des Stuhlmechanismus**

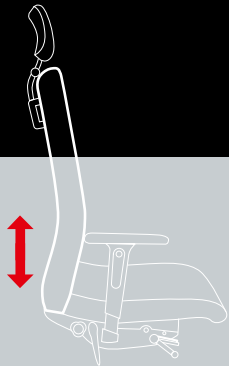
■ **SYS mechanik**

1. Ziehen Sie die Kurbel auf der rechten unteren Seite des Sitzes heraus.
2. Drehrichtungen:
 - Im Uhrzeigersinn: Der Anlehndruck wird stärker
 - gegen den Uhrzeigersinn: Der Anlehndruck wird schwächer
3. Schieben Sie die Kurbel wieder in die Grundposition.



■ **SYS-mechanism**

office chairs ■



CZ/ Výška opěráku UP-DOWN

■ Zvýšení opěráku:

1. Opěrák vysuňte do požadované polohy
2. Opěrák se zajistí v této poloze automaticky

■ Snížení opěráku:

1. Opěrák vysuňte do nejvyšší polohy
2. Z této polohy opěrák sjede automaticky dolů

■ Nastavení hlavové opěrky:

Výšku nastavíte vysunutím nebo zasunutím hlavové opěrky. Mírným tlakem natočte hlavovou opěrku do požadované polohy.

GB/ Backrest height UP-DOWN

■ To lift the backrest:

1. Lift backrest to required height
2. Backrest locks in this position automatically

■ To lower the backrest:

1. Lift backrest to the highest position
2. Backrest slides down from this position automatically

■ Adjustment of the headrest height:

To adjust the headrest height, simply push the headrest in or pull it up. Move the headrest forward or backwards in desired position by pushing softly.

DE/ Einstellung der Rückenlehnenhöhe durch "UP-DOWN"

■ Rastermechanik:

1. Schieben Sie die Rückenlehne mit beiden Händen in die gewünschte Höhe.
2. Lassen Sie die Lehne los. Die Rückenleh-

ne verbleibt in der gewünschten Position.

■ Absenkung der Rückenlehnenhöhe:

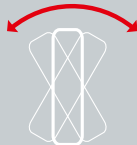
1. Schieben Sie die Rückenlehne mit beiden Händen ganz nach oben. Die Rastermechanik wird neutralisiert
2. Aus dieser Position fällt die Rückenlehne automatisch nach unten, von dieser Position aus kann sie erneut eingestellt werden

■ Einstellung der Kopfstütze:

Die Höhe stellen Sie durch Hochziehen oder Herunterdrücken der Kopfstütze ein. Bringen Sie die Kopfstütze durch sanftes Schwenken in die gewünschte Position.



office chairs



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:

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

■ Armrest height adjustment:

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

■ Armrest width adjustment:

1. Release the fixing screws at the 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 backward in the 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, um 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:

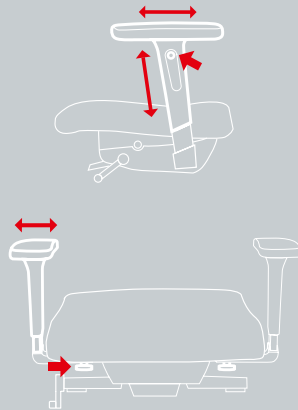
1. Lösen Sie die Handschrauben an der Unterseite der Armlehnen.
2. Stellen Sie die gewünschte Breite der Armlehnen ein.
3. Ziehen Sie die Handschrauben wieder an.

■ 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°)



CZ/ Užívání židle

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

■ Údržba a čištění

Pro běžné čištění a údržbu pravidelně vysávejte potahové látky vysavačem. V případě potřeby čistěte šetrným čistícím prostředkem. 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, 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 armrest 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. Clean plastic components 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/ Der Gebrauch des Stuhls

Der Bürodrehstuhl darf nur bestimmungsgemäß verwendet werden, unter Beachtung der allgemeinen Sorgfaltspflicht. Vermeiden Sie das Stoßen des Stuhls z.B. gegen Möbel. Der unsachgemäße Gebrauch des Stuhls für andere Zwecke (z.B. das Sitzen auf den Armlehnen) kann gefährlich sein und Unfälle verursachen.

■ Pflegeanleitung

Nutzen Sie einen Staubsauger um das Sitzpolster bei Bedarf zu säubern. Wenn es notwendig ist, reinigen Sie das Polster mit einem feuchten Tuch oder mit sanftem Feinwaschmittel. Verwenden Sie zur Reinigung der Kunststoffteile ausschließlich milde Reinigungsmitteln (z.B. Seifenlösung), keine aggressiven chemischen Mittel!



■ Service

Die Reparatur und Wartung der Mechanik und der Gasdruckfeder darf nur durch Fachleute durchgeführt werden.

LD SEATING



CZ/ Montáž

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

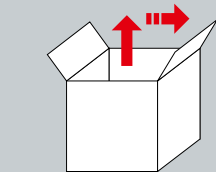
GB/ Assembling

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. Set the seating package on the lift

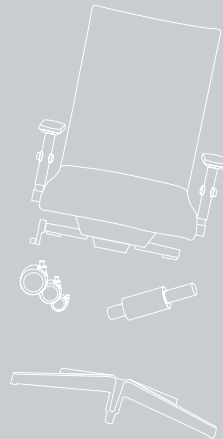
DE/ Montage

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

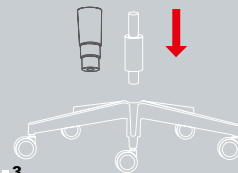
- in das Kreuzzentrum.
4. Stecken Sie nun das komplette Sitzteil auf den Gaslift auf.



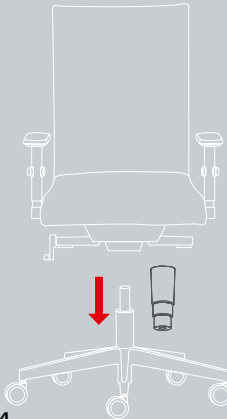
■ 1.



■ 2.



■ 3.



■ 4.



www.ldseating.com