

# RECARO

## Gebrauchsanleitung



instruction manual

Ergonomie, Komfort und Individualität – eine neue Dimension des Sitzens

Alle Verstellmöglichkeiten sind in dieser Gebrauchsanweisung abgebildet.

### **Alle Recaro Modelle bilden einen perfekte Symbiose aus Komfort und Design.**

Das Know-How von Recaro aus der Fertigung von Autositzen und aus dem Rennsport, wurde mit Anspruch auf höchste ergonomische Eigenschaften, in die neue Office-Line integriert. Alle unsere Modelle haben eine speziell und ergonomisch geformte Sitzfläche, die ein Herausrutschen aus dem Stuhl verhindert. Die Rückenlehnen sind ebenfalls ergonomisch geformt und bieten mit den integrierten Seitenführungen eine optimale Unterstützung für langes Sitzen. Unsere Stühle sind vom LGA Sicherheitsgeprüft und mit dem GS Zeichen versehen.



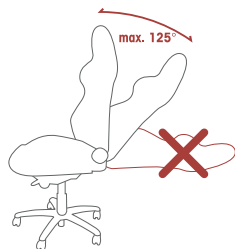
## Recaro Office Style



## Recaro Office Specialist



## Recaro Office Sport



## Funktionsübersicht:

### → ① **Sitzhöhe:**

Hebel nach oben ziehen – Höhe wird verstellt – Hebel loslassen – Sitzhöhe wird fixiert. Zum Anheben erheben Sie sich aus dem Sitz und bringen den Stuhl durch nach Oben-ziehen des Hebels in die gewünschte Position. Zum Senken den Hebel im sitzen nach-Oben-ziehen, bis die gewünschte Position erreicht ist.

#### **Wichtig!**

Die Sitzhöhe so einstellen, dass ihre Füße flach und fest am Boden, oder auf einer Fußstütze stehen. Durch die richtige Sitzhöhe, werden die Ober-schenkel entlastet und gleichmäßig unterstützt. Die Durchblutung in den Oberschenkeln, wird bei richtiger Sitzhöhe nicht eingeschränkt.

### → ② **Gewichtseinstellung**

Je nach gewünschtem Neigungswiderstand die Gewichtskraft erhöhen oder verringern. Drehknopf im Uhrzeigersinn drehen, um die Spannung zu erhöhen. Drehknopf gegen den Uhrzeigersinn drehen, um die Spannung zu verringern.

#### **Wichtig!**

Der Stuhl muß auf das richtige Körpergewicht eingestellt werden, damit für leichte Personen der Widerstand nicht zu groß ist und andererseits schwerere Personen den Widerstand nicht als zu gering empfinden. Wählen Sie darum den Neigungswiderstand nach ihrer bevorzugten Sitzposition und dem Gewicht, dadurch erreichen sie eine optimale Rückenunterstützung.

### → ③ **Armlehnenhöhenverstellung**

Die Armlehnenhöhe so wählen, dass eine optimale Auflage gewährleistet ist. Drücken Sie den Knopf an der Armlehnaussenseite, direkt unter der Armauflage und stellen sie die Armlehne auf die gewünschte Höhe.

#### **Wichtig!**

Wenn ihre Unterarme in der Arbeitshaltung gut unterstützt werden, ist die richtige Höhe erreicht. Dadurch wird ihre Schulter und Nackenmuskulatur entlastet; sie können entspannt sitzen und arbeiten.

#### → ④ **Armlehnenbreitenverstellung**

Diese Einstellung so wählen, dass sie durch eine leichte Ausstellung ihrer Arme die Armlehnenauflage erreichen. Unter der Sitzfläche, direkt an der Unterseite des Armlehnenbügels, befindet sich Rechts und Links ein Hebel. Den Hebel durch drehen, im Uhrzeigersinn, lösen und die Armlehne in die gewünschte Breite verstellen. Drehen sie den Hebel wieder zu, um die Armlehne zu fixieren.

#### **Wichtig!**

Die richtige Breiteneinstellung ermöglicht es ihnen, die Arme ohne zu großer Abwinkelung in einer entspannten Haltung abzulegen und unterstützt sie dadurch in ihrer Arbeitshaltung. Die Einstellung des Armlehnenwinkels entlastet sie in der gesamten Sitzhaltung.

#### → ⑤ **Armlehenschwenkbereich**

Je nach Bedarf können sie ihre Armlehne verschieben und verdrehen. Im Sitzen, oben an die Armlehne greifen und nach vorne, oder nach rückwärts verschieben, bzw. nach außen, oder nach innen schwenken.

Die Armlehnenauflage rastet in der gewünschten Position ein.

#### **Wichtig!**

Die richtige Einstellung trägt auch aktiv dazu bei, ihre Körperhaltung bei verschiedenen Tätigkeiten zu unterstützen. Drehen sie die Armlehnen nach innen, um bei Arbeiten an der Tastatur eine optimale Unterstützung zu erreichen. Drehen sie die Armlehne nach außen, um eine bessere Abstützung beim arbeiten mit der Computermaus zu erreichen.

#### → ⑥ **Neigungsbegrenzung**

Sie können ihren Recaro Drehstuhl entweder fixieren oder mit der Freischwingerfunktion permanent beweglich und dadurch aktiv und dynamisch benutzen. Ziehen Sie den Hebel im Sitzen nach oben, dadurch können Sie den ganzen Sitz synchron mit der Rückenlehne, im Verhältnis 1:1, nach vorne oder nach hinten neigen. Drücken Sie den Hebel wieder nach unten, dadurch haben Sie die Möglichkeit, den Stuhl in verschiedenen Positionen zu fixieren. Wenn sie den Hebel nach oben drücken, erreichen sie wieder die permanent bewegliche Freischwingerfunktion.

**Achtung!** Wenn Sie die Mechanik geöffnet haben, müssen Sie mit dem Oberkörper kurz gegen die Rückenlehne drücken, damit die Freischwingerfunktion ausgelöst wird. Möchten sie den Stuhl wieder fixieren, drehen sie den Hebel nach unten, um den Stuhl in der gewünschten Position zu arretieren.

### Wichtig!

Für eine konzentrierte Arbeit, zB. am PC, fixieren sie den Stuhl so, dass ihre Füße gerade am Boden stehen und ihr Becken in einer aufrechten Position unterstützt wird. Sie entlasten dadurch ihre Wirbelsäule und können entspannt arbeiten.

### → ⑦ Sitzflächenverstellung\*

Sie können damit die Sitzfläche verlängern.

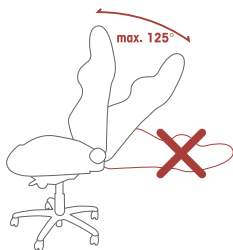
Greifen sie im Sitzen, mittig unter die Sitzvorderkante und ziehen sie die Sitzfläche mit dem darunter befindlichen Griff nach vorne, in die gewünschte Position, bzw. bis zum Anschlag. (\* Nur bei Modell Style und Sport Serienmässig)

### Wichtig!

Bei Bedarf, können sie durch die Sitzflächenverlängerung eine bessere Auflage der Oberschenkel erreichen, dadurch wird die Muskulatur zusätzlich entlastet.

### → ⑧ Rückenlehneigungswinkel

Kann zusätzlich zu allen Optionen verstellt werden. Mit dem Handrad links und rechts an der Rückenlehne können Sie durch drehen den Neigungswinkel der Lehne zusätzlich individuell nach vorne oder nach hinten verstellen. **Achtung! Neigung darf nicht weiter als 125 Grad geöffnet werden – Kippgefahr!**



### Wichtig!

Für Arbeiten am Computer sollte die Rückenlehne eher aufrecht eingestellt werden, damit sie Ihre Körperhaltung optimal unterstützt und Ihnen so zu einer ermüdungsfreien Sitzposition verhilft. Bei entspannter, lockerer Sitzhaltung, z.B. beim Lesen, lange telefonieren oder bei Diskussionen kann die Rückenlehne in einem größeren Öffnungswinkel nach hinten geneigt werden. Sobald Mann aber wieder am PC oder Schreibtisch arbeitet sollten Sie die Rückenlehne wieder in die gerade, aufrechte Position bringen.

## → ⑨ Verstellbare Kopfstütze\*

Kann individuell verstellt werden. Ziehen Sie die Kopfstütze im sitzen mit beiden Händen nach oben in die gewünschte Position, oder drücken Sie die Kopfstütze wieder nach unten in die Ausgangsposition. Sie können die Kopfstütze auch in der Neigung verstellen. (\*Nur bei den Modellen Specialist und Style möglich. Modell Sport hat immer eine fixe, in den Rücken integrierte Kopfstütze!)

### **Wichtig!**

Bei langen, konzentrierten Arbeiten sorgt die individuelle Verstellmöglichkeit für zusätzliche Entlastung und Unterstützung. Beim Lesen oder relaxten Sitzen ist eine Anpassung der Kopfstütze ebenfalls sehr angenehm und empfehlenswert.

**Rollen:** Die Drehstühle werden mit Rollen für Teppichböden, oder mit Rollen für harte Böden geliefert.

**Gasfedern:** Die Gasfedern sind Sicherheitsgeprüft und für stärkste Beanspruchung geeignet. Sollten sie einen speziellen Wunsch zu Höhe etc. haben, so können wir das als Sonderlösung anbieten.

**Mechanik:** Wir verwenden eine Sicherheitsgeprüfte Synchronmechanik.

**Armlehnen:** Die Armlehnen haben polierte Alu-Druckguss Bügel und eine schwarze PU-Auflage. Weiters sind sie höhen und breitenverstellbar, sowie schwenkbar.

**Fusskreuze:** Die Fusskreuze sind aus Alu-Druckguss poliert und extra groß, für ausreichende Stabilität. Die Modelle Style und Sport, haben ein identes Untergestell, das Modell Specialist hat ein eigenes Fusskreuz.

### **Garantie.**

Die Stühle sind für den üblichen Bürogebrauch (5 Tage – 40 Stunden Woche) getestet und ausgelegt. Bei allen Recaro-Modellen gibt es eine komplett Garantie, auch auf die Bezüge, von 2 Jahren. In diesem Zeitraum, werden neue Ersatzteile kostenlos geliefert. Alle Garantiesprüche müssen schriftlich bei Cento Design GmbH in Wien angezeigt werden. Für alle nicht sachgemäß eingesetzten und verwendeten Stühle, verringert sich der Garantiezeitraum dementsprechend.

All possible variations are given in these instructions.

All of the Recaro Models constitute a perfect symbiosis of comfort and design. Recaro's expertise of the manufacture of car seats and racing were integrated with highest ergonomic properties into the new Office-Line.

The specific and ergonomic design of the seat provides a firm grip and prevent any sliding from happening. The backrests are also ergonomically shaped and, in combination with the integrated cornering, are of great support when seated for especially long periods of time. Our seats have been tested and certificated by the LGA and furnished with the GS symbol.



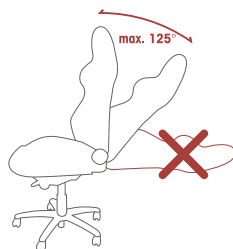
## Recaro Office Style



## Recaro Office Specialist



## Recaro Office Sport



**Funktionsübersicht:****→ ① Seat Height**

Pull lever up – height will be adjusted – let go of lever – seating height will be fixed. To hoist, arise from the seat and adjust it to the preferred position by pulling the lever up. To lower, pull the lever while seated until the desired position has been reached.

**Important!**

Adjust the seat height in such a way that your feet are positioned flatly and firmly on the floor, or on a footrest. Your thighs will be relieved and equally supported due to the appropriate seat height. Additionally, blood circulation in your thighs will not be restricted if the seat height has been properly adjusted.

**→ ② Weight Adjustment**

Increase/decrease weight-force according to desired lean-resistance. Turn knob clockwise to increase tension and anticlockwise to decrease tension.

**Important!**

The seat has to be adjusted accordingly with the body-weight so that the resistance is not too great for light-weighted and too low for heavy-weighted people. Therefore it is important to choose the correct lean-resistance in order to obtain best possible back-support.

**→ ③ Adjustments to Height of the Armrest**

Chose height of armrest so that it allows for optimal rest. Press the button situated on the outer side of the armrest, directly beneath the armrest-surface, and adjust the armrest to preferred height.

**Important!**

The correct height has been reached when your forearms are supported during work-position. This enables a relief of your shoulder- and nape-musculature; you can sit, relax and work.

#### → ④ Adjustments to Width of Armrest

This adjustment has to allow for an easy reach of the armrest-surface. A lever is situated below the seat-surface, directly on the bottom-side of the armrest-bail. In order to change the desired width of the armrest, loosen the lever by turning it clockwise. Turn the lever anticlockwise to fixate the armrest.

##### **Important!**

The appropriate width-adjustment enables you to have a relaxed arm-position - without having to bend your arms too much. Hence, your working posture is being supported. The adjustment of the armrest-angle relieves your whole seating posture.

#### → ⑤ Angular Freedom of Armrest

You can displace and twist your armrest according to your liking. While seated, reach for the top of the armrest and move it either forwards, backwards, outwards or inwards. The armrest-surface rests in the desired position.

##### **Important!**

The correct adjustments actively help to support different postures at work. Turn the armrest inwards in order to reach the best possible support whilst working with the keyboard. Turn the armrest outwards in order to reach the best possible support whilst handling the computer mouse.

#### → ⑥ Tilting-Limit

You have the option of setting your Recaro rotating-chair to stationary or free rotating ability (the latter one enabling you to use it dynamically). Pulling the lever up whilst seated on the chair allows you to tilt the base of the seat and back-support synchronically, in a ratio of 1:1, either forwards or backwards. Having reached your desired degree of tilt, push the lever down to fixate the chair. Pulling the lever up again re-establishes the mobility of the axes.

**Attention!** In order to activate the free-hand rotation, you have to press against the backrest with your upper body after having opened the mechanic. If you want to fixate the seat turn the lever down, in order to arrest your desired position.

### **Important!**

Accustom your seat in such a way that your feet are flat on the floor and your pelvis is in an upright position, in order for you to work efficiently (e.g. on your computer). Hence, you are relieving your spine and can work in a relaxed position.

## ➔ **⑦ Seat-Surface Adjustments\***

Use this to alter the length of the seat-surface.

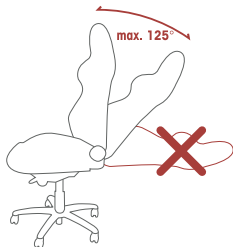
While seated, reach for the knob (situated below the seat-leading edge, in the middle) and pull it forwards to your desired position or as far as it may go. (\* Feature only included in the models Style and Sport in series).

### **Important!**

You can also achieve additional relieve of your thigh musculature by using the seat-surface extension.

## ➔ **⑧ Angle of Backrest-Tilt**

Can be adjusted in addition to all other adjustments. You can adjust the angle of tilt forwards or backwards with the hand wheels, which is situated left and right of the backrest. Attention! Do not tilt more than 125 degrees – danger of toppling over.



### **Important!**

If working on a computer, you should have your backrest in a rather upright position. This position supports your body posture and exempts you from exhaustion.

Conversely, during periods of relaxed work (e.g. reading, phoning or discussions) you can tilt your backrest further back, though you should re-adjust the backrest into an upright position when getting back to deskwork.

## → ⑨ Adjustable Headrest\*

Can be customized. Whilst seated, pull the headrest up using both hands to achieve the desired position of the headrest (push the headrest back down to attain the initial starting position). You can also change the angle of tilt for the headrest.

(\* Feature only included in the models Specialist and Style. Model Sport has a non-adjustable headrest incorporated into the backrest).

### **Important!**

The adjustabilities are of additional relieve and support during long working-hours. We recommend you to adapt your headrest during reading and/or relaxed sitting.

**Wheels:** The rotating chairs are delivered with wheels for carpets, or wheels for hard floors.

**Gas springs:** The gas springs withstand highest strains, as certified by various tests. If you wish to purchase a custom-made product we will do our best to accommodate your needs.

**Mechanic:** We use a tested synchronal mechanic.

**Armrests:** The armrests have polished aluminium die-casting bails and a black PU mark. Additionally, they are height- and width-adjustable as well as inclinable.

**Base frame:** The base frames are polished out of aluminium die-casting and extra large, for sufficient stability. The models Style and Sport have identical base frames whereas the model Specialist has its own, distinct base frame.

### **Guarantee:**

The seats have been tested for daily office use (5 days – 40 hours per week). All Recaro models come along with a guarantee (also for the seat covers) for 2 years. Within the 2 years of guarantee, new spare parts will be delivered free of charge. All warranty claims must be denounced and sent to Centro Design GmbH, in Vienna, in written form. The warranty claims and warranty periods for inappropriately used seats will be reduced respectively.