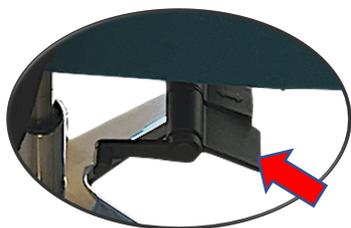


# Ajuster son fauteuil PE 400

**POSTERGO**  
Solutions ergonomiques

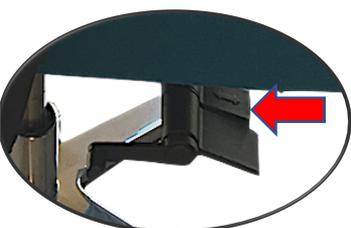
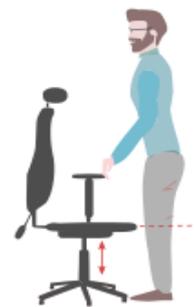


# Personnaliser son assise en 8 étapes



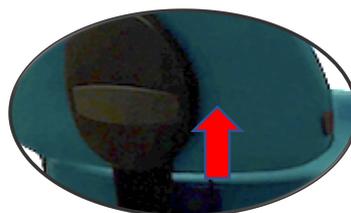
## ETAPE 1 : HAUTEUR D'ASSISE

Assis sur le fauteuil actionnez la commande de droite pour descendre le vérin à sa hauteur minimum. Positionné debout devant le fauteuil, ajustez la hauteur jusqu'à la hauteur du genou.



## ETAPE 2 : PROFONDEUR D'ASSISE

Assis sur le fauteuil, ajustez la profondeur de l'assise à la longueur des cuisses. Lorsque le bas du dos est bien en appui avec le dossier, un espace de quelques centimètres doit subsister derrière le genou.



## ETAPE 3 : HAUTEUR DU DOSSIER

Assis sur le fauteuil, une main sur le bas dossier, ajustez la hauteur du dossier en élevant pas à pas la crémaillère jusqu'à faire coïncider le galbe du dossier avec votre courbure lombaire.



## ETAPE 4 : AJUSTEMENT LOMBAIRE

Assis sur le fauteuil, le bas du dos bien en appui contre le dossier, pressez à plusieurs reprises la pompe pneumatique afin de gonfler l'ajustement lombaire jusqu'au maintien souhaité. Dégonflez à l'aide du bouton, si besoin.

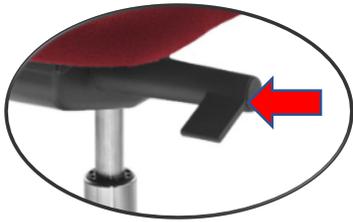


## ETAPE 5 : AJUSTEMENT DU REPOSE NUQUE

Assis sur le fauteuil, réglez la hauteur du repose nuque en tirant dessus et ajustez la profondeur de manière à pouvoir reposer la nuque lors des périodes de relâchement.



# Personnaliser son assise en 8 étapes



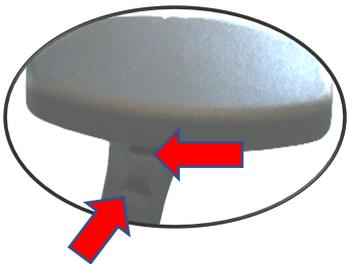
## ETAPE 6 : BLOCAGE / DEBLOCAGE DU MECANISME SYNCHRONE

Assis sur le fauteuil, actionnez la manette sur votre gauche pour bloquer/débloquer le mécanisme synchrone du dossier.



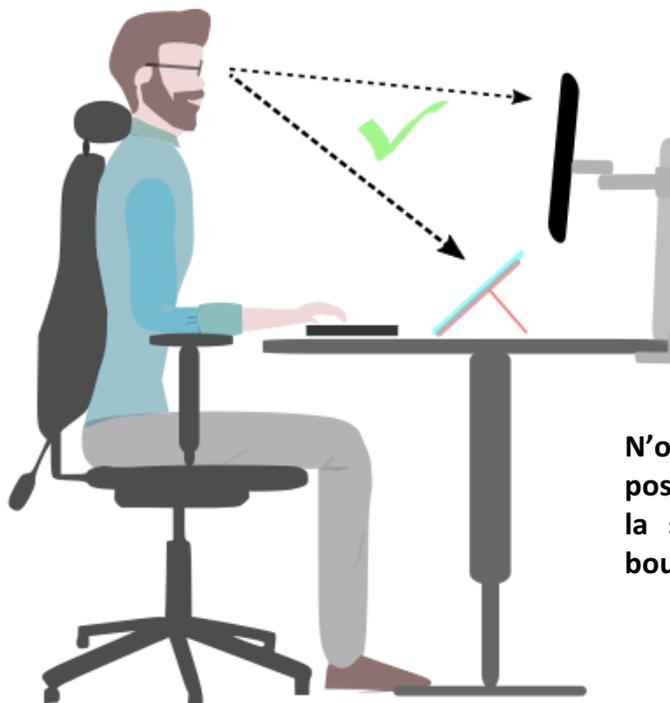
## ETAPE 7 : REGLAGE DE LA FORCE DE RAPPEL DU DOSSIER

Assis sur le fauteuil, saisissez la manivelle sur votre droite pour augmenter ou diminuer la résistance du dossier. Effectuez plusieurs tours dans le sens des aiguilles d'une montre pour durcir et inversement pour diminuer.



## ETAPE 8 : HAUTEUR DES ACCOUDOIRS

Pressez le bouton sur le montant de chaque accoudoir pour l'élever jusqu'à former un angle de 90° avec vos coudes. Ajustez leur orientation à l'aide du bouton supérieur.



**N'oubliez pas que le maintien d'une posture prolongée est néfaste pour la santé. Pensez à vous lever et bouger régulièrement.**