



SELLEO®







Bitte beachten Sie folgende Hinweise zur richtigen Einstellung Ihres neuen SELLEO®!

- 1 Sitzhöhereinstellung**
Durch Zugtaste stufenlos einstellbar.
- 2 Gewichts Anpassung / Gegendruck der Rückenlehne**
Mittels herausziehbarem Handrad lässt sich der Anpressdruck der Rückenlehne anpassen. Drehen nach vorne erhöht, Drehen nach hinten verringert den Anpressdruck.
- 3 Armlehnen**
4D-AL 18. Höhereinstellbar mittels Druckknopf unterhalb der Armauflage. Tiefereinstellbar durch Verschieben der Armauflage. Armauflagen schwenkbar. Breitereinstellbar durch Lösen des Schnellverschlusses am Sitzträger.
AL 17. Höhen- und breitereinstellbar wie AL 18.
AL 07. Höhen- und breitereinstellbar wie AL 18.
- 4 Rückenlehnenhöhereinstellung**
Mittels Rastertechnik lässt sich die Rückenlehne um 8 cm in der Höhe einstellen.

5 Schiebesitzfunktion

Durch Ziehen der Funktionstaste, unterhalb der Sitzes, lässt sich der Sitz in der Tiefe Ihrer Beinlänge anpassen.

6 KÖHL-Bandscheibenstütze (KBS®)

Durch Drehen des Einstellrades nach rechts lässt sich die Wölbung der Rückenlehne im Lordosenbereich exakt an Ihre Wirbelsäule anpassen, wodurch eine gestützte, aufrechte Sitzposition gewährleistet wird.

7 Synchronfreischaltung

Durch Herunterdrücken der Taste schalten Sie die Rückenlehne frei = dynamisches Sitzen. Durch Hochziehen der Taste können Sie die Rückenlehne in jeder Position arretieren.

7a Sitzneigeeinstellung

Herausziehen der Taste neigt die Sitzfläche um zusätzlich 4° nach vorne, Hereindrücken der Taste deaktiviert diese Funktion wieder.

8 Kopfstütze

Einfaches Nachobenziehen oder Herunterdrücken mit Rastereinstellung. Neigung individuell einstellbar.





Please notice the following directions concerning the correct adjustment of your new SELLEO®!

1 **Seat height adjustment**

Continuously adjustable via lever.

2 **Adaption to weight / Counter pressure of backrest**

Via pull-out handwheel, you can adjust the tension of the backrest by turning it. Turning forward increases the pressure, turning backwards reduces it.

3 **Armrests**

4D-AL 18. In height adjustable via button beneath the armrest. In depth adjustable by sliding the armrest. 30° turnable armpads. Adjustable in width by quick-release lever.

AL 17. In height and width adjustable as AL 18.

AL 07. In height and width adjustable as AL 18.

4 **Vertical backrest adjustment
via up & down-technique**

By grid-technique the backrest can be adjusted 8 cm in height.

5 Sliding seat

By pulling out the key lever, you can adapt the seat to your personal requirements.

6 Adjustable KÖHL-Lumbar-Support (KBS®)

By turning the handwheel to the right, the vaulting of the backrest will be adapted exactly to the shape of your spine. This guarantees a supported, upright seating position.

7 Disengaging of the synchronised movement

By pushing down the lever you release the backrest = dynamic sitting. By pulling it up you can lock the backrest in any position.

7a Seat tilt adjustment

By pulling out the lever the seat inclines for additional 4° forward, pushing the lever back inside deactivates this function.

8 Headrest

Easy pulling up or pushing down by grid setting. Individually adjustable inclination.



Gebruikt u onderstaande handleiding, om uw SELLEO® correct in te stellen!

1 Zithoogte instelling

Deze kunt u met de knop rechts van uw stoel bedienen.

2 Gewichtaanpassing / Tegendruk rugleuning

Door middel van uittrekbare hendel kunt u de tegendruk aanpassen. Naar voren meer druk, naar achteren minder druk.

3 Armleuningen

4D-AL 18. In hoogte instelbaar middels een drukknop onder de armpad. Armpads draaibaar tot 30° en in diepte verschuifbaar. Zonder gereedschap in breedte te verstellen d.m.v.snelkoppeling.

AL 17. In hoogte en breedte instelbaar gelijk aan AL18.

AL 07. In hoogte en breedte instelbaar gelijk aan AL18.

4 De rugleuning hoogte

De rugleuning is tot 8cm hoogte in een raster te verstellen, door de complete rug naar boven te trekken.

5 Schuifzitting

Door middel van knop links voor direct onder de zitting, kan de zitdiepte worden ingesteld.

6 Instelbare KÖHL-Lendensteun KBS®

Door middel van knop links voor direct onder de zitting, kan de zitdiepte worden ingesteld.

7 Synchroon vrij stelling

Door de hendel rechts van uw stoel stand naar onderen te bewegen, wordt de synchroon vrije stand in werking gezet. Zie voor tegendruk instelling hoofdstuk tegendruk.

7a Zitneiginstelling

Door de hendel van de synchroon instelling uit te trekken, kan een extra zitneig worden bereikt.

8 Hoofdsteun

Eenvoudig van boven naar beneden te schuiven. Individueel instelbaar.



F

Merci de bien vouloir respecter les indications suivantes pour l'ajustable correcte de votre SELLEO®!

- 1 Réglage de la hauteur d'assise**
Réglage en continu à l'aide d'une manette.
- 2 Réglage de la contre-pression du dossier (kg) en fonction du poids de l'utilisateur**
Sous l'assise : Le volant à main extensible simple qui permet de régler la contre-pression du dossier. On augmente la contre-pression en tournant vers l'avant, on la diminue en tournant vers l'arrière.
- 3 Accoudoirs**
4D-AL 18. Réglables en hauteur par un bouton situé sous la manchette d'accoudoir. Réglables en profondeur. Réglables en largeur avec fermeture rapide.
AL 17. Réglables en hauteur et en largeur avec fermeture rapide.
AL 07. Réglables en hauteur et en largeur avec fermeture rapide.
- 4 Réglage en hauteur du dossier**
En soulevant le dossier, un réglage d'hauteur de 8 cm est garanti.

5 Assise coulissante

En tirant la manette dans la partie d'avant de l'assise vous pouvez adapter la profondeur de l'assise à la longueur de vos jambes.

6 Règlage de l'appui lombaire KÖHL (KBS®)

En tournant la molette vers la droite, vous adaptez le dossier à la courbure de votre dos, assurant ainsi une position assise idéale.

7 Déverrouillage du mécanisme synchrone

En poussant la manette vers le bas vous libérez le dossier = assise dynamique. En tirant la manette vers le haut, vous pouvez bloquer le dossier dans la position souhaitée.

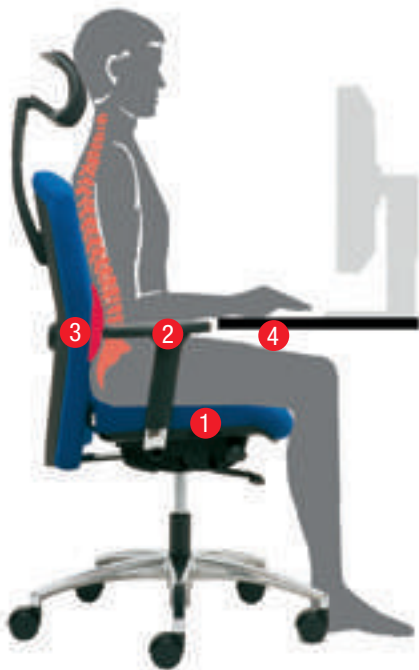
7a Réglage de l'inclinaison d'assise

En tirant la manette, la surface d'assise s'incline d'environ 4° vers l'avant. En poussant la manette, vous désactivez cette fonction.

8 Appui-tête

Il suffit de tirer vers le haut ou vers le bas pour un réglage facile. Inclinaison réglable individuellement.





Grundlagen für ergonomisch richtiges Sitzen. Bitte bei der Einstellung beachten!

Die korrekte **Sitzhöhe** ① richtet sich nach Ihrer Unterschenkel­länge. Ein Winkel von 90° - 100° ist richtig.

Achtung! Austausch und Arbeiten im Bereich des Sitzhöhen­einstellelementes (Gasfeder) nur durch eingewiesenes Fachpersonal!

Die **Armlehnenhöhe** ② wird so eingestellt, dass die Ellenbogen parallel zur Tischoberfläche unter Entlastung des Schultergürtels senkrecht auf den Armauflagen aufliegen.

Die **Rückenlehne** sollte so oft wie möglich frei beweglich (Permanentfunktion) eingestellt sein. Nur dadurch ist dynamisches Sitzen möglich!

Die Position und Wölbung der **KÖHL Bandscheibenstütze (KBS®)** ③ wird so eingestellt, dass Ihr Becken gut abgestützt wird und Ihre Wirbelsäule sich dadurch aufrichtet.

Die **korrekte Tischhöhe** ④ ergibt sich aus Ihrer **Sitz-** ① und **Armlehnenhöhe** ②, die bei einer ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung auf Ihre Körpergröße

einstellbar sein muss. Fußstützen können zu hohe Tische ausgleichen, zu niedrige Tische müssen erhöht werden.



General basics for ergonomic seating. Please take notice of our information for the right adjustment of your chair!

The **correct seat height** ① depends on the length of your shank. A 90 to 100 degree angle is accurate.

Attention! Changes and service concerning the seat height adjustment (gas lift) can only be done by authorized staff.

The **height of the armrest** ②, is to be adjusted, that your elbows rest parallel to the desk surface while they are placed on the armrest surfaces and therefore reduce the burden on the neck and shoulder region.

The **backrest** should always be actively movable (permanent function). The only way to allow dynamic sitting!

The position and vaulting of the **KÖHL-Lumbar-Support (KBS®)** ③ is to be adjusted that your pelvic is stabilized in order to bring your spine in an upright position.

The **correct height of the desk** ④ results from the height of the seat ① and the armrests ②. If your office is designed to ergonomical standards, the desk must be adjustable to your body length. Footrests can equalize desks that are too high, low desks must be adapted to your size.



De basis voor ergonomisch verantwoord zitten. Gebruik daarvoor deze handleiding!

De juiste zithoogte ① wordt bepaald door de hoek van uw boven- en onderbeen. Deze moet ongeveer 90° - 100° bedragen.

Let op! Verwisselen van de gasveer kan alleen worden gedaan door gekwalificeerd personeel.

De armleuning hoogte ② moet zo worden ingesteld, dat de ellebogen parallel aan uw bureau liggen, zonder dat er extra druk in uw schouders ontstaat.

De rugleuning zal altijd in vrije stand moeten staan (Permanentfunctie), zodat dynamisch zitten mogelijk is.

De positie en de ronding van de **KÖHL-Lenden-Steun (KBS®)** ③, kan naar eigen wens ingesteld worden, zodat het bekken goed wordt ondersteund en de wervelkolom zich automatisch opricht.

De **juiste bureau hoogte** ④ wordt bepaald door uw zit- ① en armleuning hoogte ②, die bij een ergonomisch werkplek op uw lichaamshoogte moet zijn in te stellen. Een voetensteun kan bij een hoog bureau uitkomst bieden. Een te laag bureau zal opnieuw moeten worden ingesteld.



Les bases pour une assise ergonomique. Veuillez faire attention pour assurer un bon ajustage !

La hauteur correcte de votre siège ① s'orientera à la longueur du bas de vos jambes. Un angle de 90°-100° est correct.

Attention! Seules les personnes initiées sont autorisées au remplacement et aux travaux dans la zone de l'élément de réglage de la hauteur du siège (vérin pneumatique).

Il faut régler **la hauteur des accoudoirs** ② de sorte que les coudes reposent parallèlement à la hauteur de la table et que les avant-bras puissent toucher la table pour délester la ceinture scapulaire.

Le **dossier** devrait être toujours réglé en position mobile (fonction permanente). Ceci est indispensable pour garantir une assise dynamique!

La position et la courbure de **l'appui lombaire KÖHL (KBS®)** ③ sont réglées de sorte que votre bassin soit bien soutenu et que votre colonne vertébrale soit redressée.

La **hauteur correcte de la table** ④ résulte de la hauteur de votre siège ① et de celle de vos accoudoirs ② qui doit être réglable en fonction de votre taille du corps si vous souhaitez aménager votre poste de travail de façon ergonomique. Des repose-pieds peuvent compenser des tables élevées, les tables trop basses doivent être adaptées en hauteur.

Ecology & Sustainability

Ecologie & Duurzaamheid

Ecologie & Durabilité

Ergonomics & Function

Ergonomie & Functionaliteit

Ergonomie & Fonction

**Ökologie &
Nachhaltigkeit**

**Ergonomie &
Funktion**



**Qualität &
Service**

**Gestaltung &
Innovation**

Quality & Service

Kwaliteit & Service

Qualité & Service

Design & Innovation

Design & Innovatie

Design & Innovation



KÖHL GmbH

Paul-Ehrlich-Straße 4
63322 Rödermark, Germany
Tel.: +49 6074/9280
Fax: +49 6074/95951
E-Mail: info@koehl.com
www.koehl.com