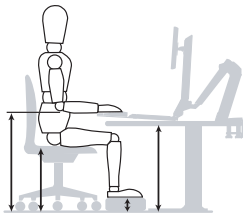


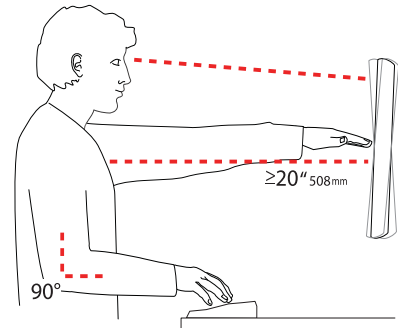


Richten Sie Ihren Arbeitsplatz so ein, dass er für SIE arbeitet!



Weitere Informationen zur ergonomischen Computernutzung finden Sie unter:  
[www.computingcomfort.org](http://www.computingcomfort.org)

- Höhe** Positionieren Sie die obere Kante des Bildschirms knapp unter Augenhöhe.
- Abstand** Positionieren Sie die Tastatur bei flach aufgelegten Handgelenken auf Ellenbogenhöhe.
- Winkel** Positionieren Sie die Tastatur nahe genug, um einen Ellenbogenwinkel von 90° zu ermöglichen.
- Neigen** Neigen Sie den Bildschirm so, dass ein Spiegeleffekt vermieden wird.
- Neigen** Neigen Sie die Tastatur um 10° nach hinten, sodass Ihre Handgelenke flach aufliegen.



- Vermeiden von Ermüdungserscheinungen**
- Atmen** - Atmen Sie tief durch die Nase ein und aus.
- Blinzeln** - Blinzeln Sie so oft wie möglich, um trockene Augen zu vermeiden.
- Pausen** • Machen Sie alle 20 Minuten eine Pause von 2-3 Minuten
- Machen Sie alle 2 Stunden eine Pause von 15-20 Minuten.

Für Garantie Besuch: [www.ergotron.com/warranty](http://www.ergotron.com/warranty)

Für Servicebesuch: [www.ergotron.com](http://www.ergotron.com)

Örtliche Telefonnummern für den Kundendienst finden Sie hier: <http://contact.ergotron.com>

Die aktuellste Anleitung für die Montage durch den Benutzer finden Sie hier: [www.ergotron.com](http://www.ergotron.com)



User's Guide - English  
 Guía del usuario - Español  
 Manuel de l'utilisateur - Français  
 Gebruikersgids - Deutsch  
 Benutzerhandbuch - Nederlands  
 Guida per l'utente - Italiano  
 Användarhandbok - svenska  
 ユーザーガイド : 日本語  
 用户指南 : 汉语



Includes  
 Constant Force™  
 Technology



[www.ergotron.com](http://www.ergotron.com)  
 USA 1-800-888-8458  
 Europe +31 (0)33-45 45 600  
 China 400-120-3051

# Sicherheit



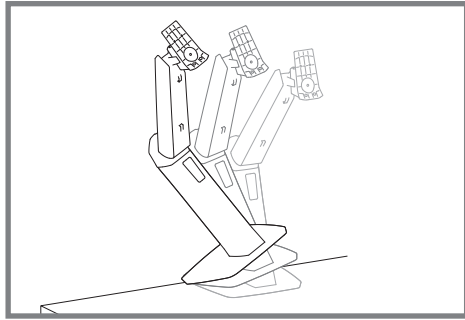
**Warnung:** Weil die Materialien der Befestigungsflächen stark variieren können, müssen Sie unbedingt gewährleisten, dass die Befestigungsfläche stark genug ist, um das montierte Produkt und die Ausrüstung zu tragen.



Stellen Sie die Höhe Ihres Schreibtisches (oder Stuhls bzw. der Fußauflage) so ein, dass die Tastatur sich auf die Höhe Ihres Ellbogens im Sitzen senken lässt, um ein ergonomisches Arbeiten am Computer zu gewährleisten.



Arm senkt sich in Bogenform. Während des Senkens von der höchsten Position Arm zu sich ziehen.

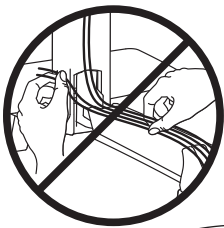


**ACHTUNG!** Umsturzgefahr. Stützen Sie den Ständer, bis die Klemme fest angezogen ist. Bei Nichtbeachtung dieser Anweisungen kann der Ständer umkippen und mögliche Geräteschäden bzw. Verletzungen zur Folge haben.



**Vorsicht:**

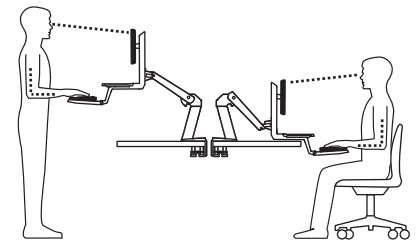
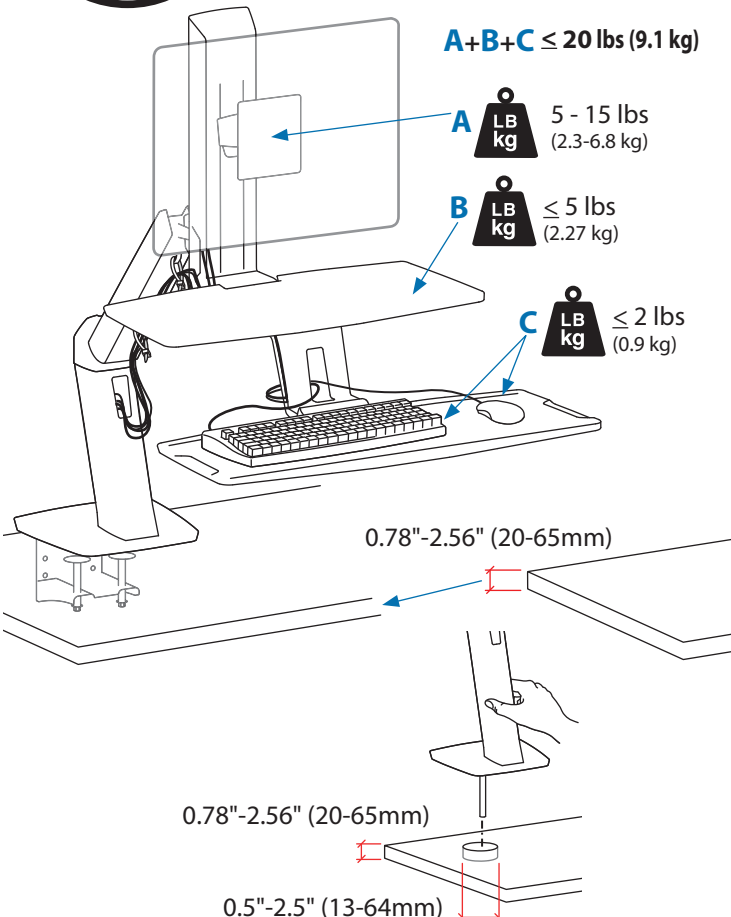
Damit keine Kabel eingeklemmt werden können, müssen Sie die Anweisungen zur Kabelführung in diesem Handbuch einhalten. Ein Missachten dieser Anweisungen kann zu Geräteschäden oder Verletzungen führen.



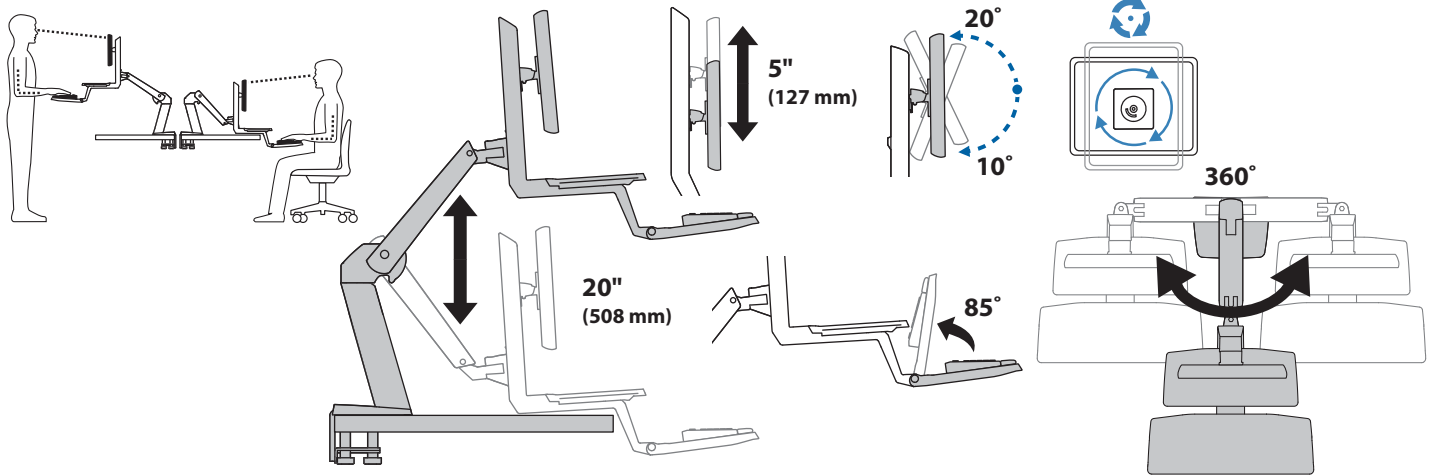
**Achtung:**

Führen Sie **KEINE** Kabel auf der Oberseite des Arms entlang. Die Nichtbeachtung dieser Anweisungen kann Geräteschäden bzw. Verletzungen zur Folge haben.

DEUTSCH

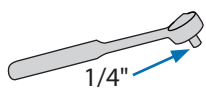
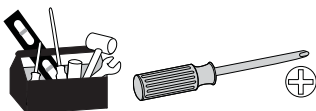


Wichtig! Sie müssen dieses Produkt nach dem Zusammenbau entsprechend einstellen. Achten Sie darauf, dass alle Ihre Geräte richtig auf dem Produkt installiert wurden, bevor Sie irgendwelche Einstellungen vorzunehmen versuchen. Dieses Produkt sollte sich in seinem gesamten Bewegungsbereich ruckfrei und ohne Schwierigkeiten bewegen lassen und an der Stelle bleiben, an der es abgestellt wird. Wenn die Bewegungen zu leicht oder nur mit großer Anstrengung durchgeführt werden können oder das Produkt nicht in der vorgesehenen Position bleibt, beachten Sie die Einstellanleitung, um ruckfreie und einfache Bewegungen zu ermöglichen. Je nach Ihrem Produkt und der jeweiligen Einstellung können zahlreiche Manipulationen erforderlich sein, bevor Sie einen Unterschied feststellen. Zur Sicherstellung einer sicheren und optimalen Produktfunktion sollten Sie diese Einstellschritte immer dann durchführen, wenn Geräte hinzugefügt oder entfernt werden, was eine Veränderung der Traglast zur Folge hat.



	A	B	C	D	E	F
1	1x	1x	1x		1x	8x
2	1x		1x		1x	4x
3					2x	
4	1x	4x	1x		2x	
5					8x	1x
6	1x		1x		1x	
7	1x	1x		1x	2x	

DEUTSCH

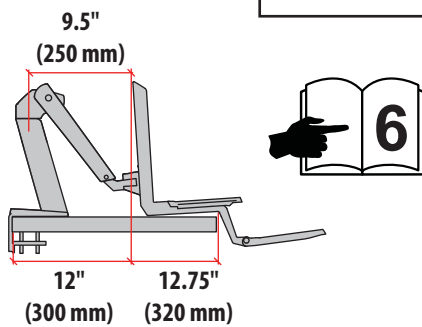
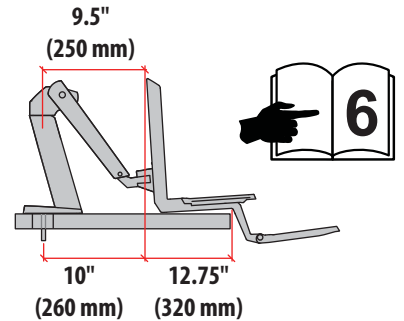


# 1 Armverlängerung und Tischgröße:

Die Tastaturunterlage steht an der Tischvorderkante hervor. Sie können die Armverlängerung vergrößern, wenn dies wegen der Tischgröße notwendig ist. Beachten Sie zur Feststellung, ob Sie den Arm noch weiter verlängern müssen - siehe die 4 Tischabmessungen unten:

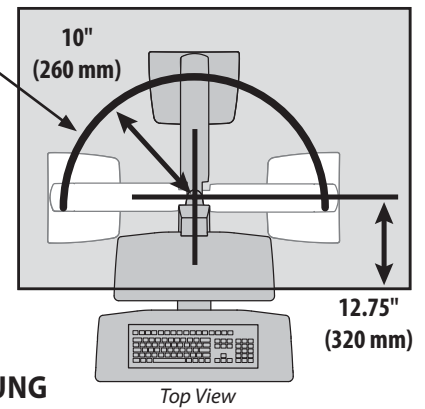
KLEMMME      DURCHFÜHRUNG

**VORSICHT:** Der Sockel muss vollständig auf der Tischplatte aufliegen. Ein Missachten dieser Anleitung kann zu Geräteschäden oder Verletzungen führen.



**KLEMMME 1**

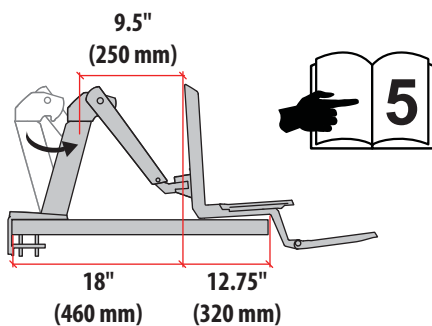
Das Durchgangsloch kann an einer beliebigen Stelle entlang dieses Bogens angebracht werden.



**DURCHFÜHRUNG 2**

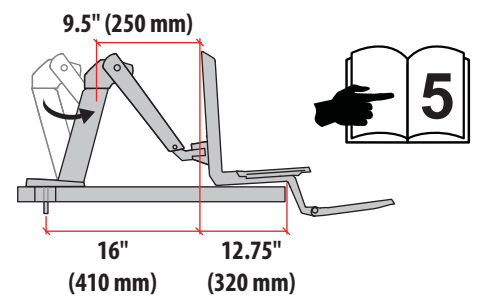
**KLEMMME 3**  
Armverlängerung vergrößern

Zum Vergrößern der Armverlängerung die Anleitung auf der nächsten Seite beachten,

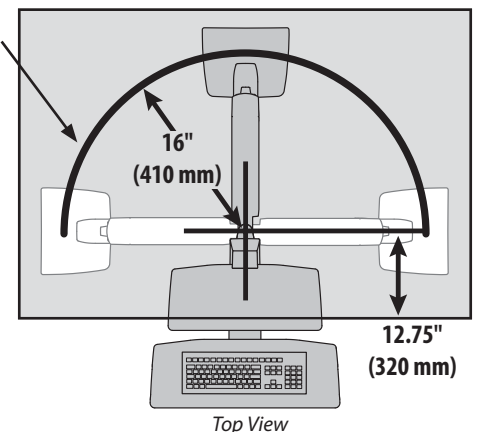


**DURCHFÜHRUNG 4**  
Armverlängerung vergrößern

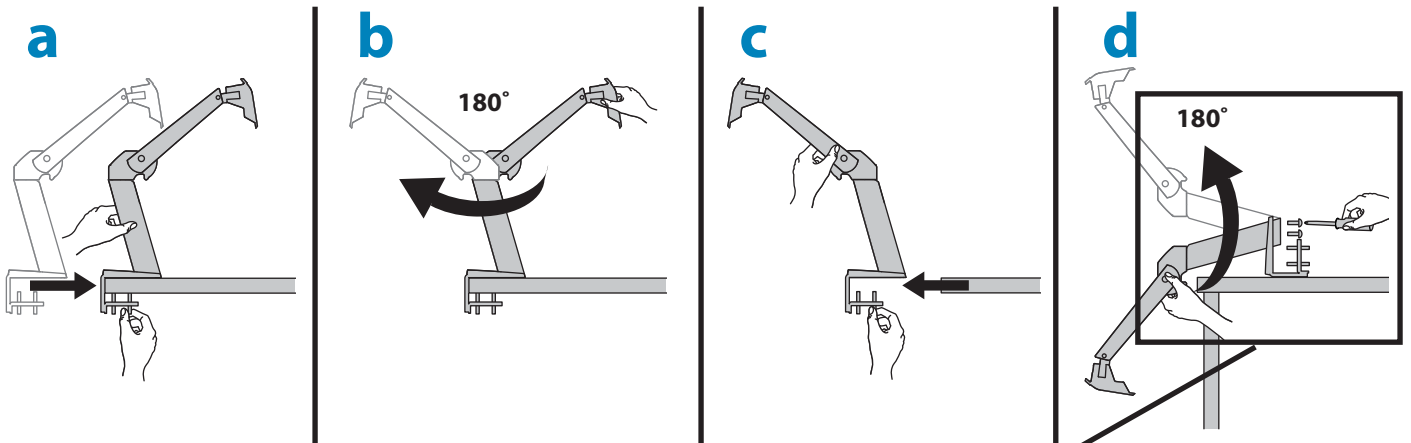
Zum Vergrößern der Armverlängerung die Anleitung auf der nächsten Seite beachten,



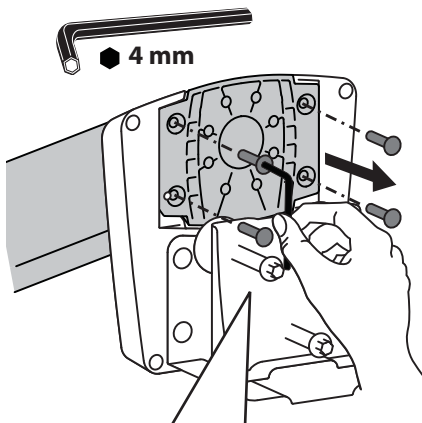
Das Durchgangsloch kann an einer beliebigen Stelle entlang dieses Bogens angebracht werden.



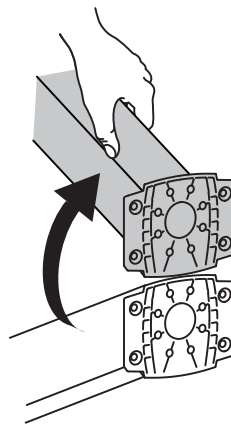
## Vergrößern der Armverlängerung



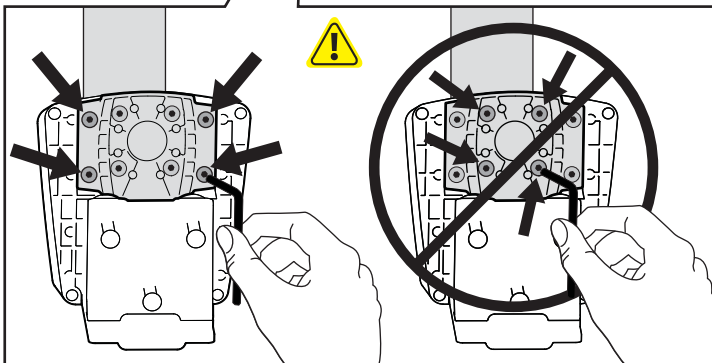
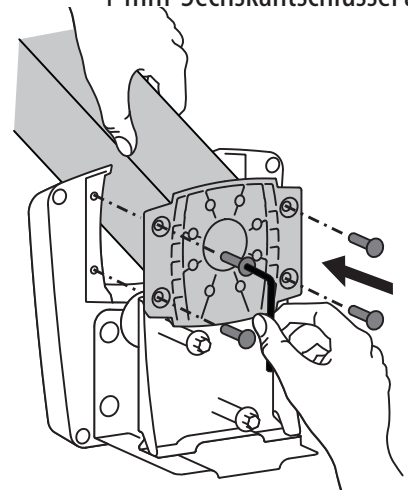
**d1** Entfernen Sie die 4 Schrauben am Sockel mit dem im Lieferumfang enthaltenen 4-mm-Sechskantschlüssel.



**d2** Drehen Sie den Sockel um 180°.

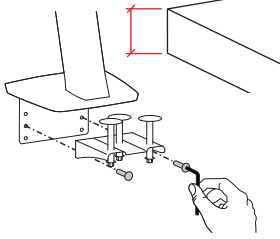


**d3** Setzen Sie die 4 Schrauben wieder ein und ziehen Sie sie mit dem 4-mm-Sechskantschlüssel an.

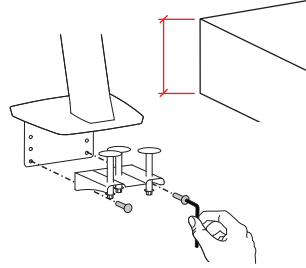


## Klemmenkonfigurationen für verschiedene Tischstärken

0.78"-1.78" (20-45mm)



1.70"-2.56" (43-65mm)

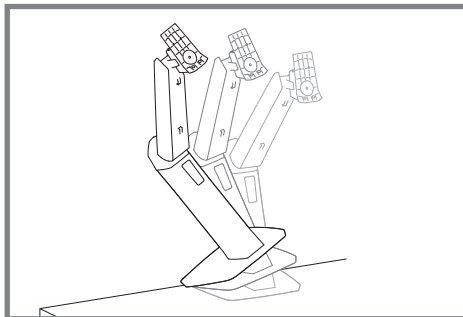
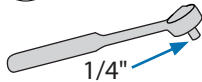
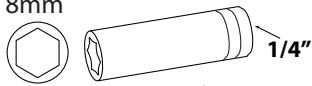


**Warnung:** Weil die Materialien der Befestigungsflächen stark variieren können, müssen Sie unbedingt gewährleisten, dass die Befestigungsfläche stark genug ist, um das montierte Produkt und die Ausrüstung zu tragen.

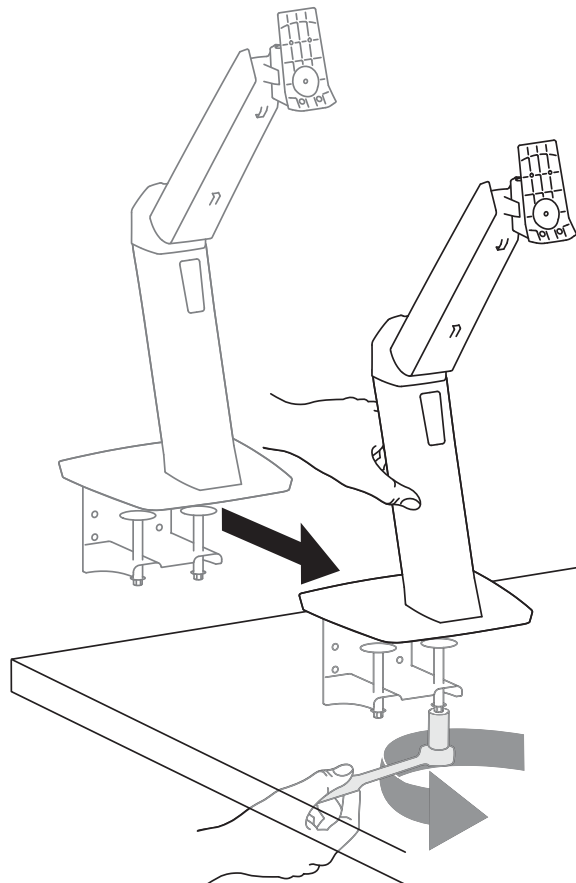
## Arm am Tisch befestigen.

Die Schrauben mit dem mitgelieferten 8-mm-Schraubenschlüssel anziehen.

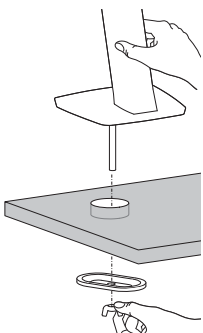
8mm

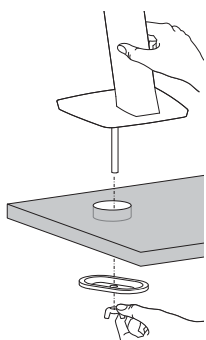


**ACHTUNG!** Umsturzgefahr. Stützen Sie den Ständer, bis die Klemme fest angezogen ist. Bei Nichtbeachtung dieser Anweisungen kann der Ständer umkippen und mögliche Geräteschäden bzw. Verletzungen zur Folge haben.

**OPTIONALE BEFESTIGUNG AN SCHRAUBENPLATTE**

Diese Anleitung befolgen, wenn von der Klemmenmontage zur Befestigung an einer Schraubenplatte gewechselt werden soll.

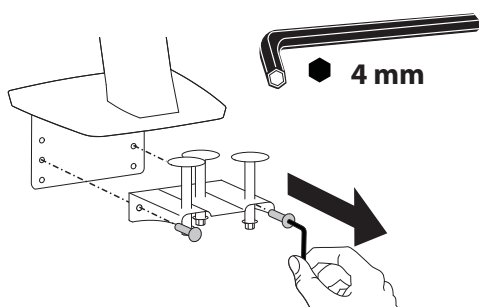




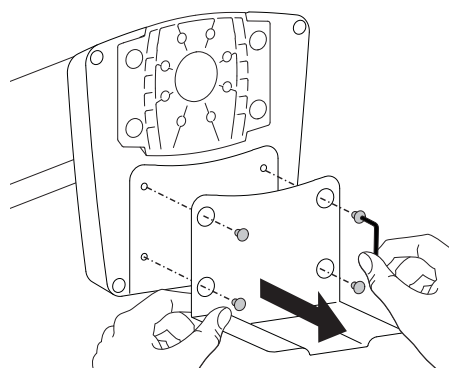
### OPTIONALE BEFESTIGUNG AN SCHRAUBENPLATTE

Diese Anleitung befolgen, wenn von der Klemmenmontage zur Befestigung an einer Schraubenplatte gewechselt werden soll.

- a** Klemmenhalterungsschrauben mit 4-mm-Sechskantschlüssel entfernen.

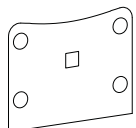


- b** Klemmplattenschrauben mit 4-mm-Sechskantschlüssel entfernen. Schrauben aufbewahren.

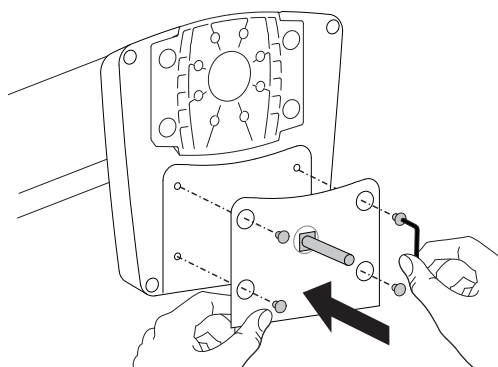
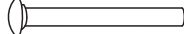


- c** Mitgelieferten Bolzen in mitgelieferte Schraubenplatte einsetzen. Schraubenplatte mit 4-mm-Sechskantschlüssel und den in Schritt b entfernten Schrauben befestigen.

1x



1x



- d** Arm mit daran befestigter Schraubenplatte über das Durchgangsloch halten. (Bolzen muss im Loch zentriert sein.) Schraubenplattenhalterung und Flügelmutter auf den Bolzen aufdrehen und anziehen.

1x



1x

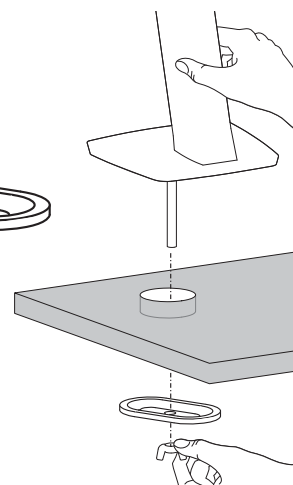
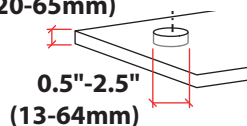


**VORSICHT:** Die Schraube muss mittig angebracht werden.

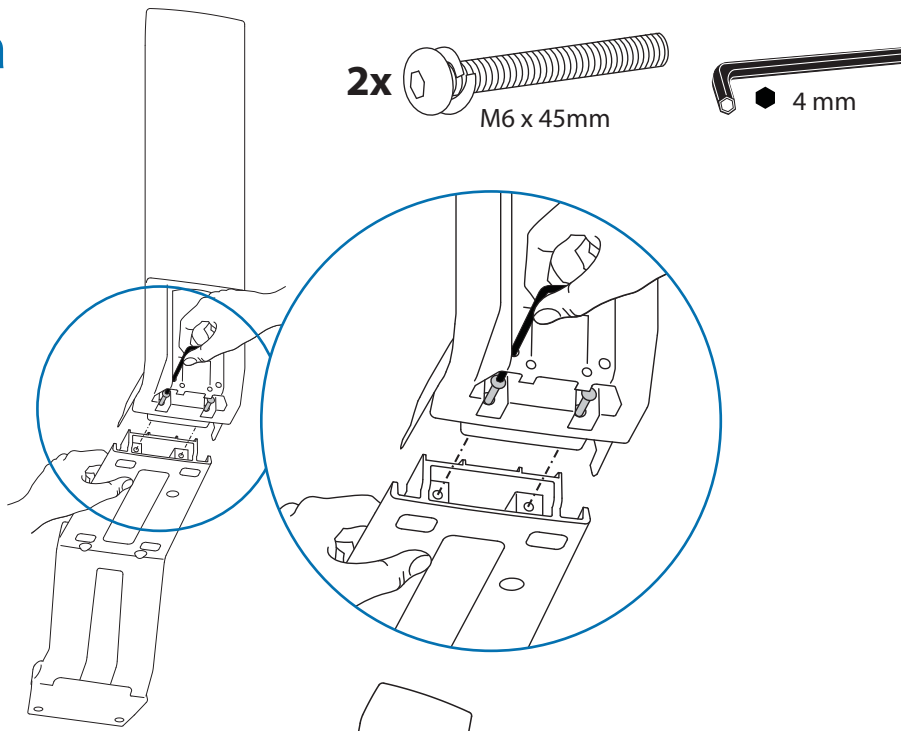
0.78"-2.56"  
(20-65mm)

(20-65mm)

0.5"-2.5"  
(13-64mm)



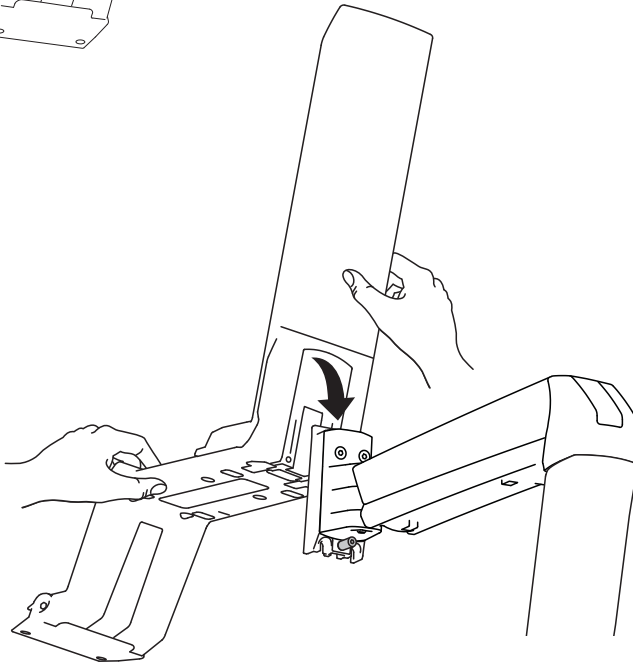
# 3 a



2x M6 x 45mm

4 mm

# b

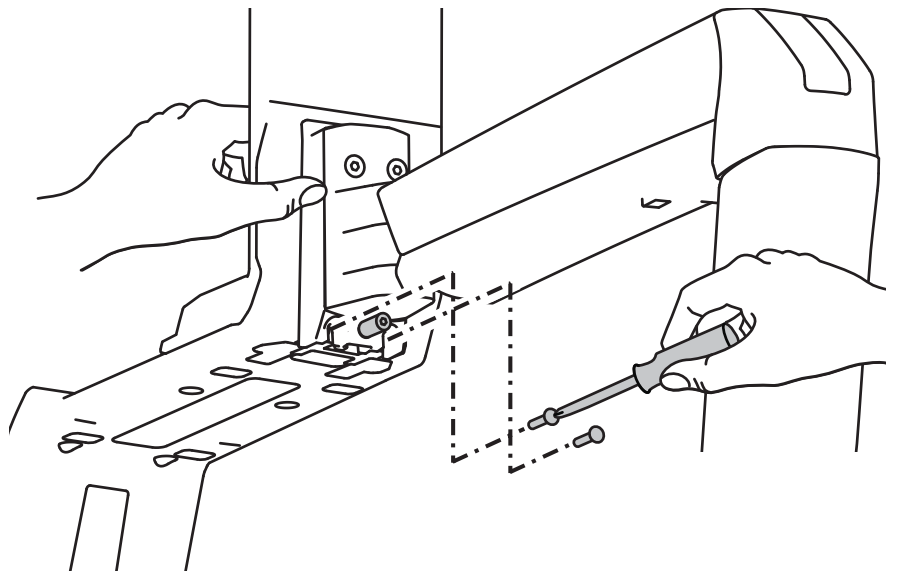


# c

2x M5 x 35mm



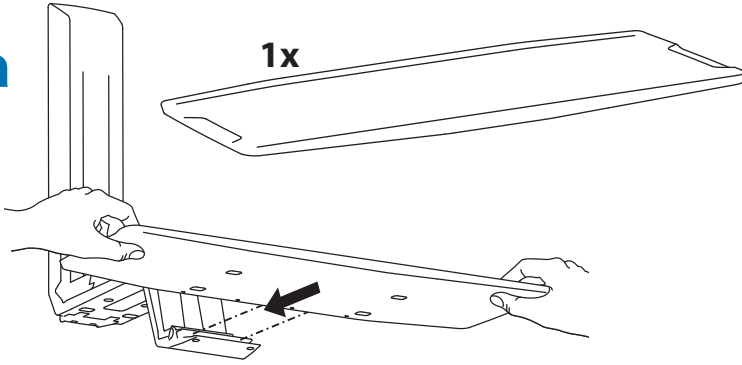
**ACHTUNG!**  
Die Schrauben müssen zur Sicherung des Produkts fest angezogen werden. Ein Missachten dieser Anleitung bewirkt eine Gefährdung der Stabilität und kann zu Geräteschäden oder Verletzungen führen.



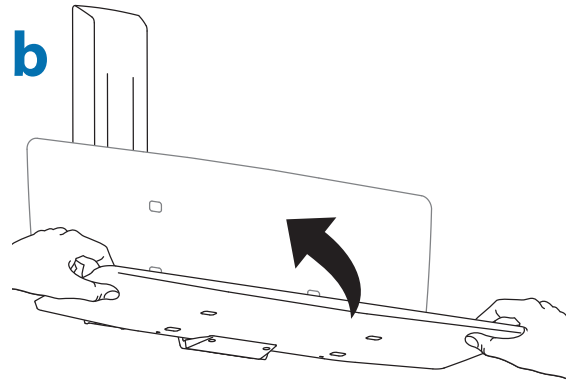


4

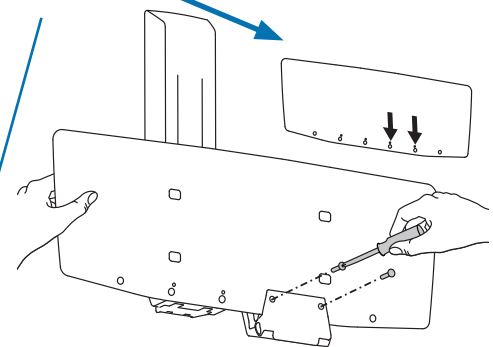
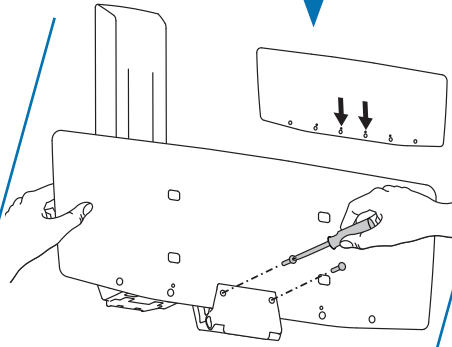
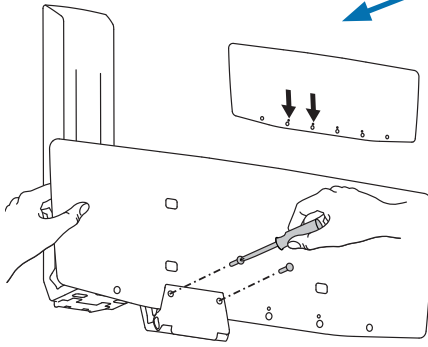
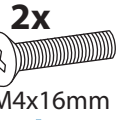
a



b

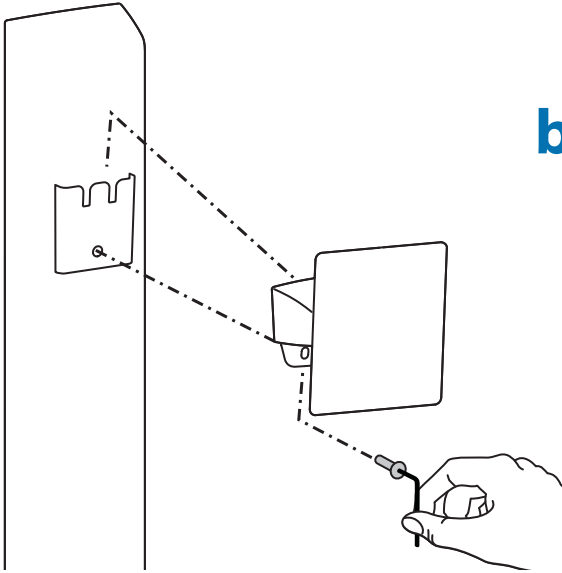


c



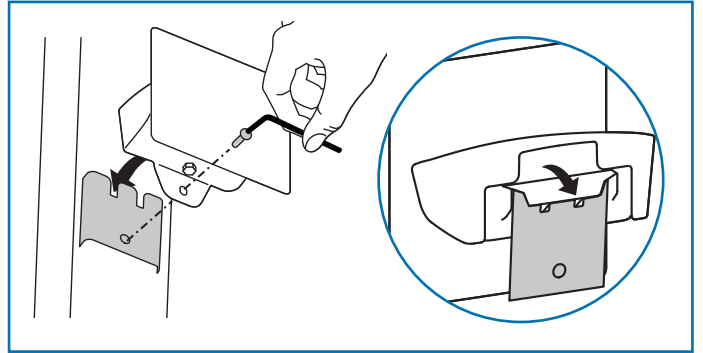
DEUTSCH

5 a



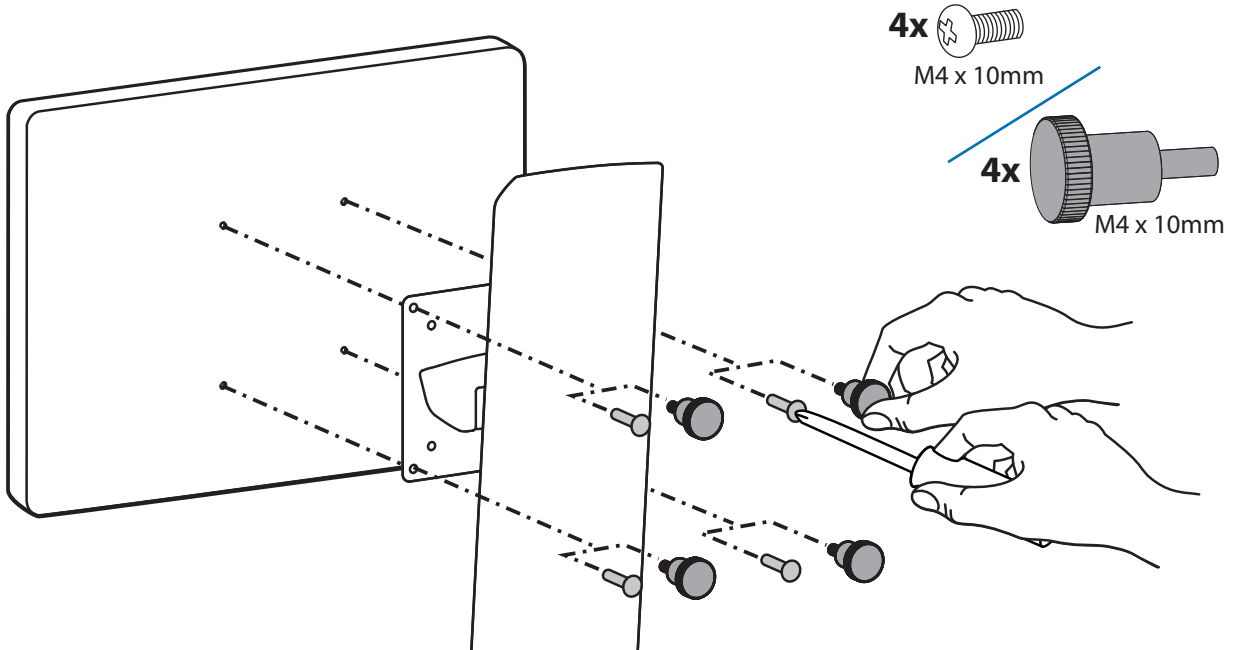
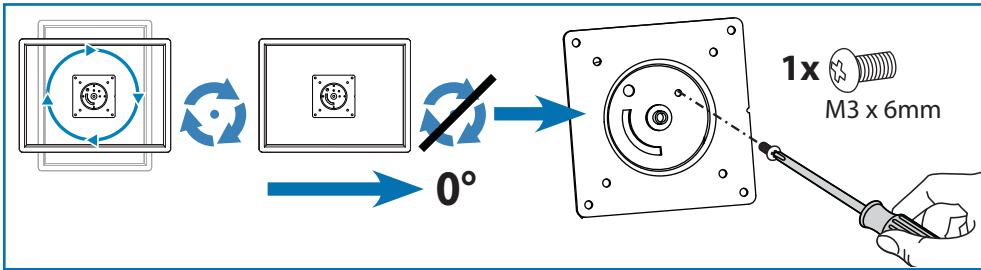
b

4 mm 1x M5 x 8mm



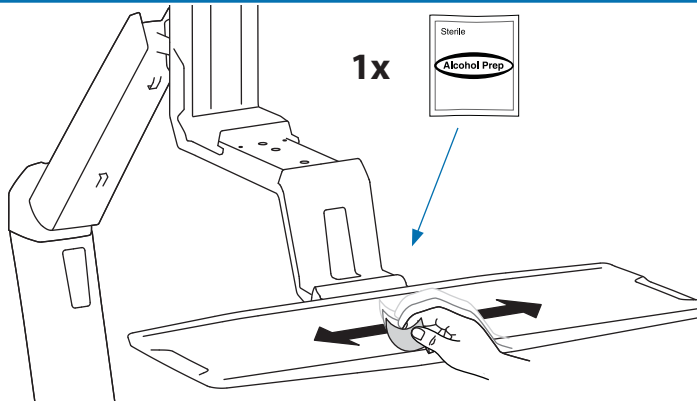
DEUTSCH

6



# 7

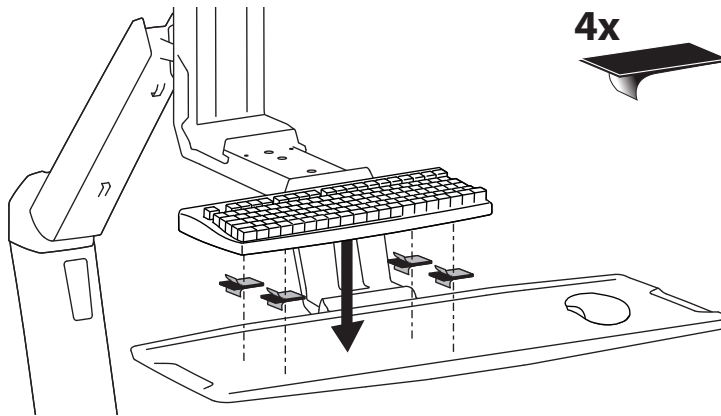
a



b

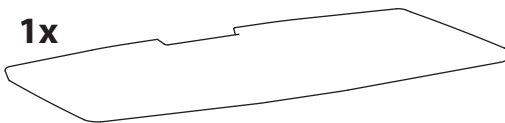


c

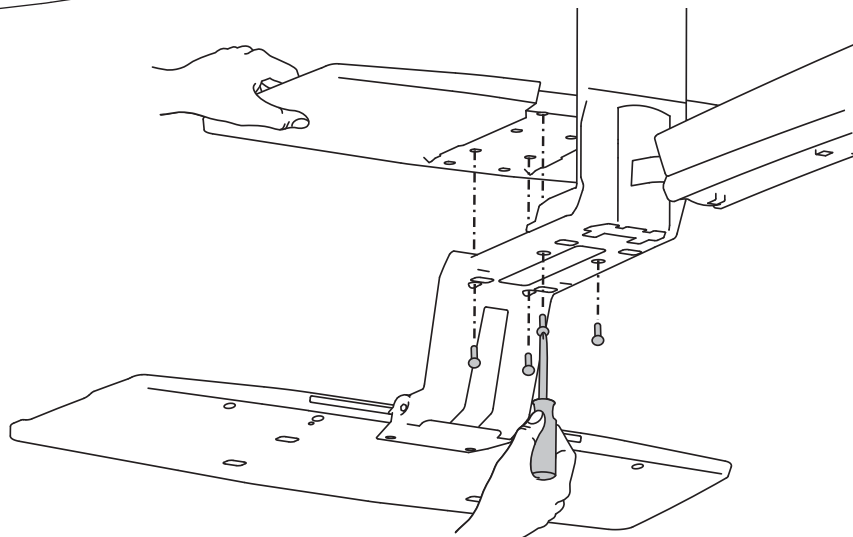


# 8

1x



4x   
M4 x 10mm



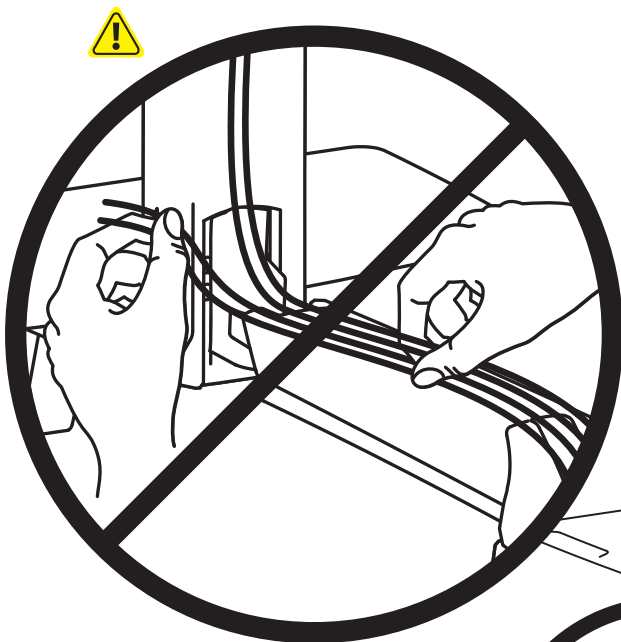
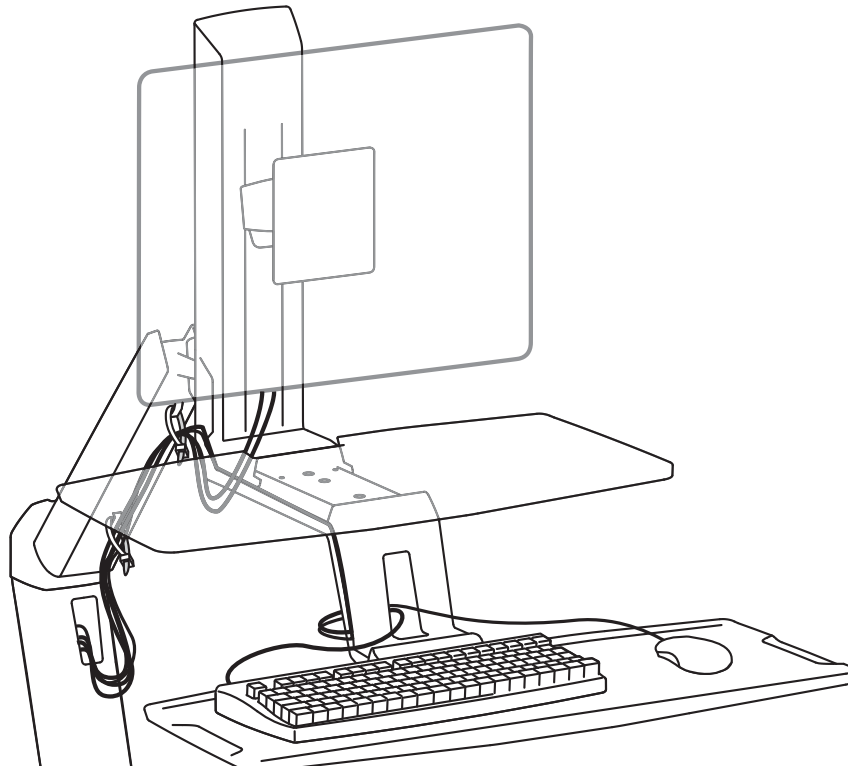
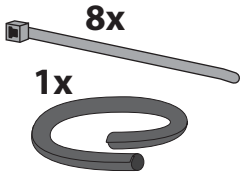


**HINWEIS:** Lassen Sie für das Kabel ausreichend Spielraum, um eine uneingeschränkte Bewegung zu gewährleisten.



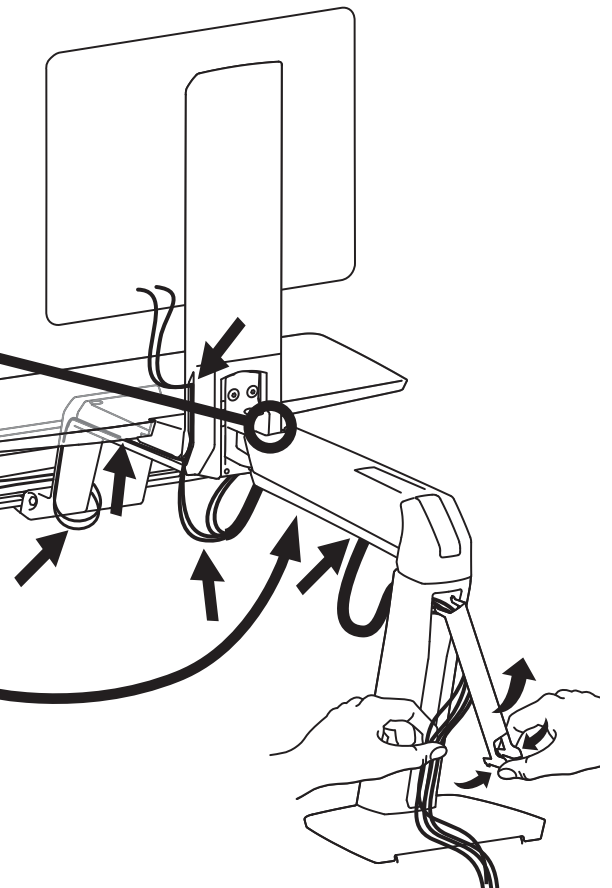
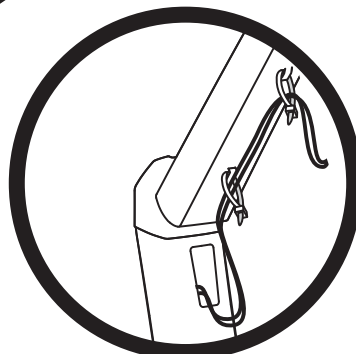
**Vorsicht:**

Damit keine Kabel eingeklemmt werden können, müssen Sie die Anweisungen zur Kabelführung in diesem Handbuch einhalten. Ein Missachten dieser Anweisungen kann zu Geräteschäden oder Verletzungen führen.



**Achtung:**

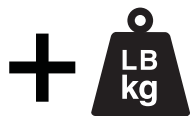
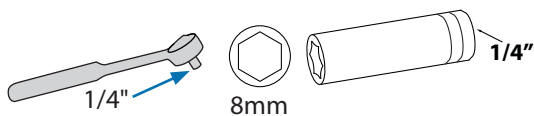
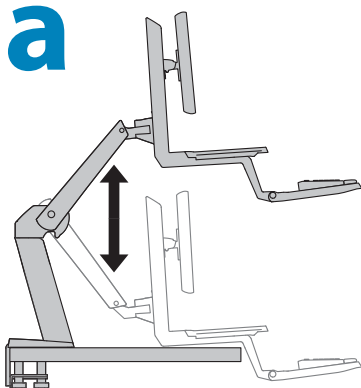
Führen Sie **KEINE** Kabel auf der Oberseite des Arms entlang. Die Nichtbeachtung dieser Anweisungen kann Geräteschäden bzw. Verletzungen zur Folge haben.



# 10 Einstellschritt

Wichtig! Sie müssen dieses Produkt nach dem Zusammenbau entsprechend einstellen. Achten Sie darauf, dass alle Ihre Geräte richtig auf dem Produkt installiert wurden, bevor Sie irgendwelche Einstellungen vorzunehmen versuchen. Dieses Produkt sollte sich in seinem gesamten Bewegungsbereich ruckfrei und ohne Schwierigkeiten bewegen lassen und an der Stelle bleiben, an der es abgestellt wird. Wenn die Bewegungen zu leicht oder nur mit großer Anstrengung durchgeführt werden können oder das Produkt nicht in der vorgesehenen Position bleibt, beachten Sie die Einstellanleitung, um ruckfreie und einfache Bewegungen zu ermöglichen. Je nach Ihrem Produkt und der jeweiligen Einstellung können zahlreiche Manipulationen erforderlich sein, bevor Sie einen Unterschied feststellen. Zur Sicherstellung einer sicheren und optimalen Produktfunktion sollten Sie diese Einstellschritte immer dann durchführen, wenn Geräte hinzugefügt oder entfernt werden, was eine Veränderung der Traglast zur Folge hat.

a



**Hubkraft erhöhen**

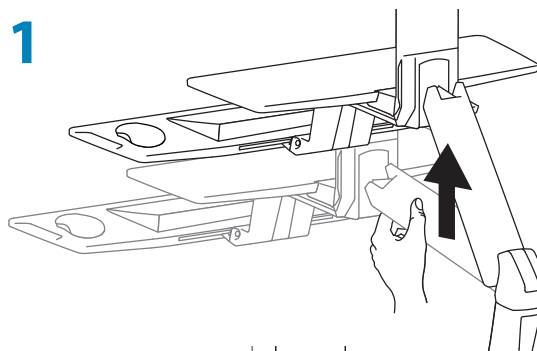
Wenn die installierten Geräte zu schwer sind oder das angehobene Produkt nicht oben bleibt, muss die Hubkraft erhöht werden:



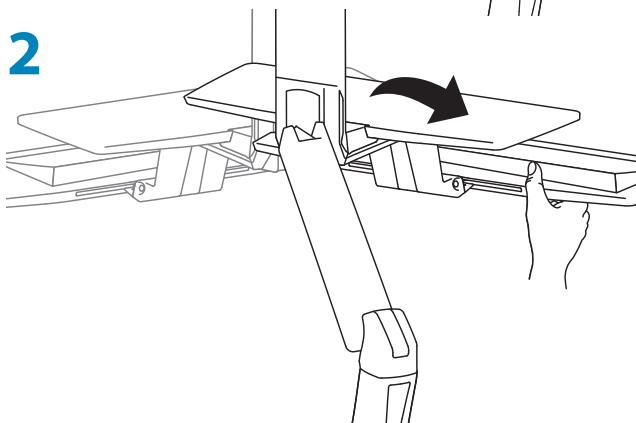
**Hubkraft senken**

Wenn die installierten Geräte zu leicht sind oder das abgesenkte Produkt nicht unten bleibt, muss die Hubkraft reduziert werden:

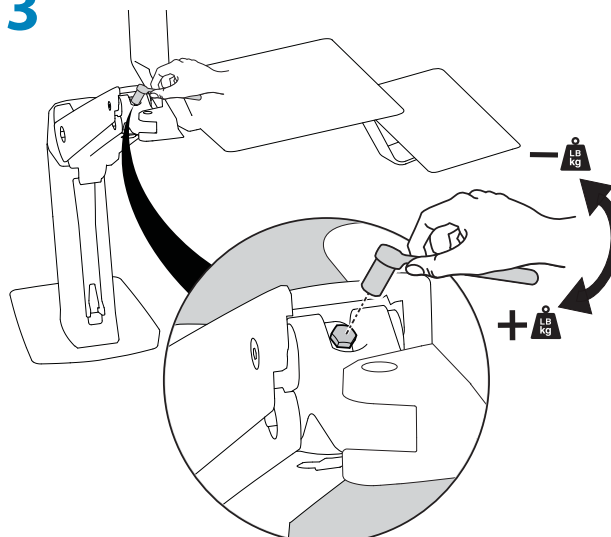
1

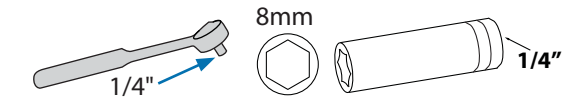
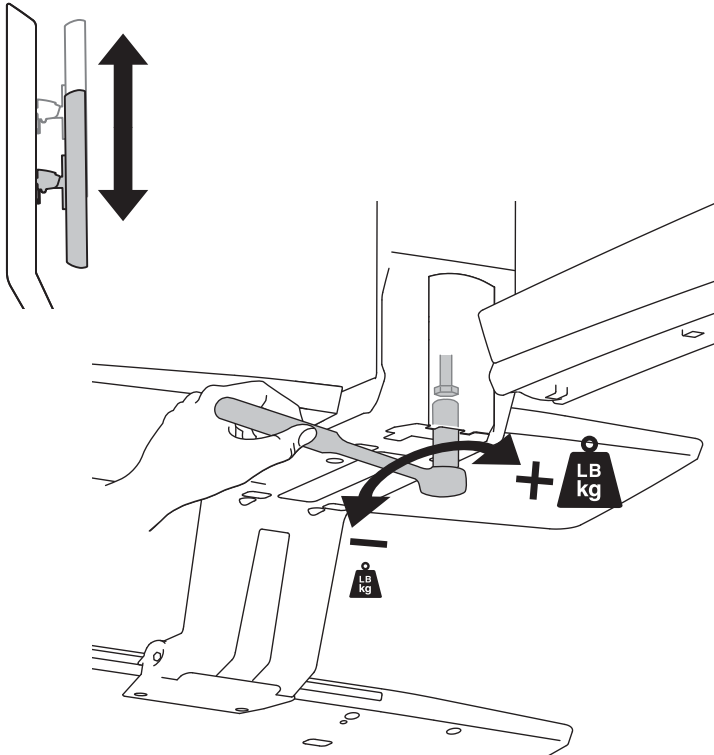


2



3

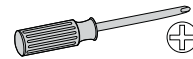
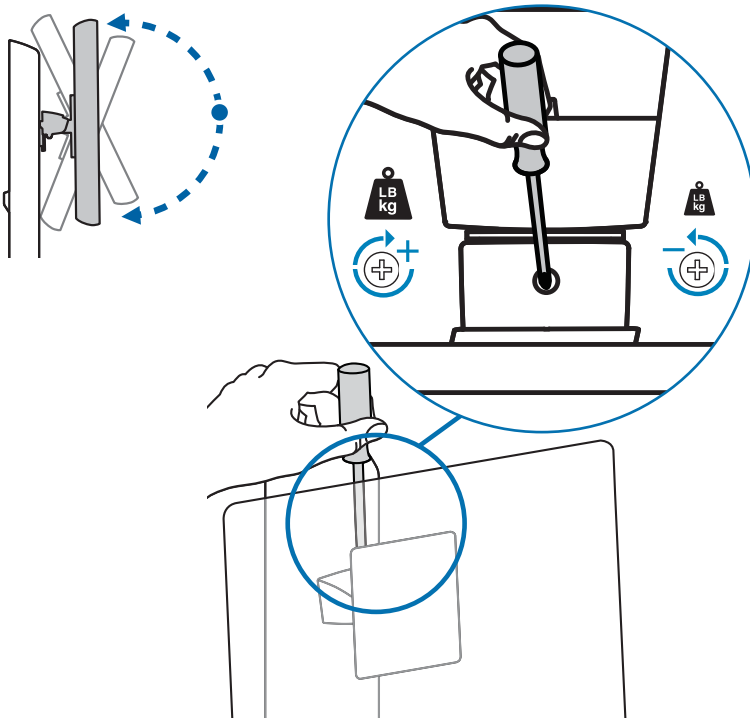


**b**

**+** **LB kg**  
**Hubkraft erhöhen**  
 Wenn die installierten Geräte zu schwer sind oder das angehobene Produkt nicht oben bleibt, muss die Hubkraft erhöht werden:

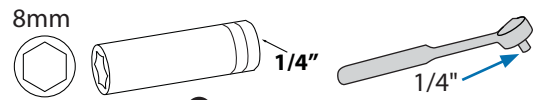
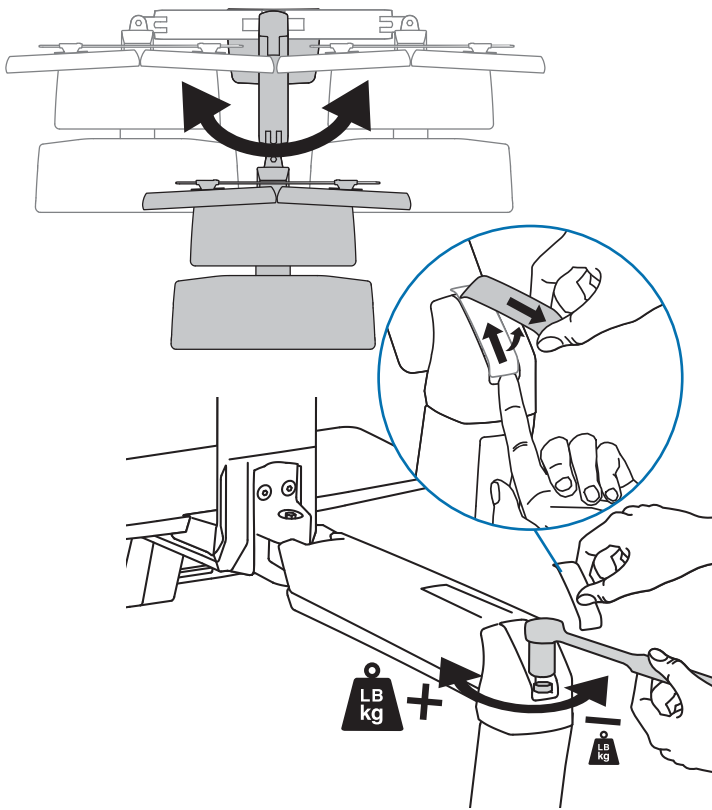
**-** **LB kg**  
**Hubkraft senken**  
 Wenn die installierten Geräte zu leicht sind oder das abgesenkte Produkt nicht unten bleibt, muss die Hubkraft reduziert werden:

DEUTSCH

**c**

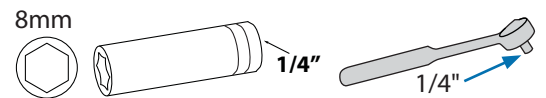
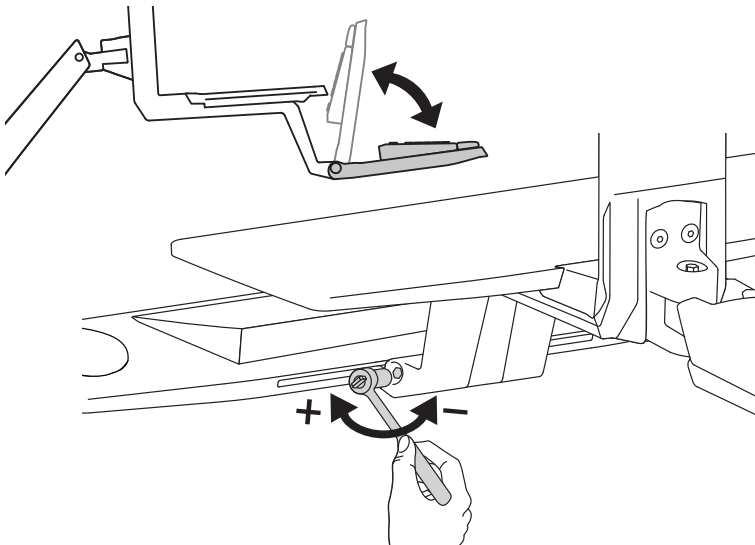
**+** **LB kg**  
**Hubkraft erhöhen**  
 Wenn die installierten Geräte zu schwer sind oder das angehobene Produkt nicht oben bleibt, muss die Hubkraft erhöht werden:

**-** **LB kg**  
**Hubkraft senken**  
 Wenn die installierten Geräte zu leicht sind oder das abgesenkte Produkt nicht unten bleibt, muss die Hubkraft reduziert werden:

**d**

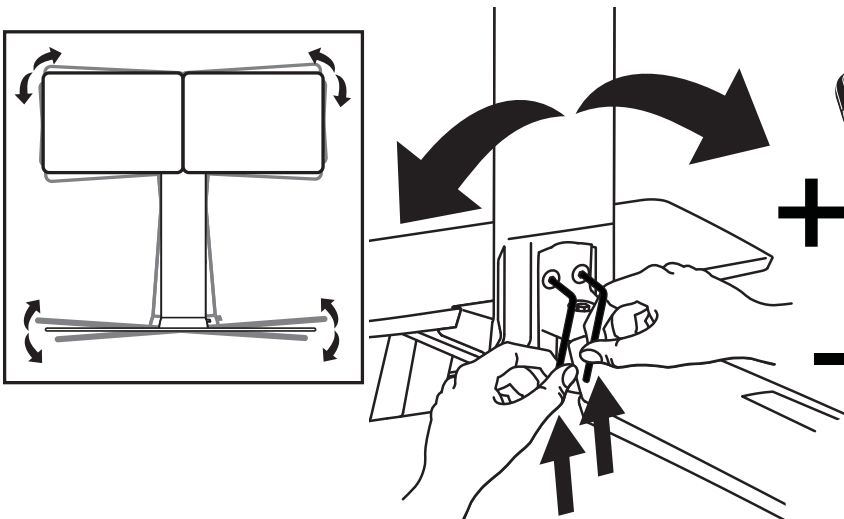
**+** **LB kg** **Reibung erhöhen**  
Wenn sich dieses Produkt zu leicht von einer Seite zur anderen bewegen lässt, muss die Reibung erhöht werden:

**-** **LB kg** **Reibung senken**  
Wenn sich dieses Produkt nur unter großem Kraftaufwand von einer Seite zur anderen bewegen lässt, muss die Reibung reduziert werden:

**e**

**+** **LB kg** **Reibung erhöhen**  
Wenn sich dieses Produkt zu leicht bewegen lässt, muss die Reibung erhöht werden:

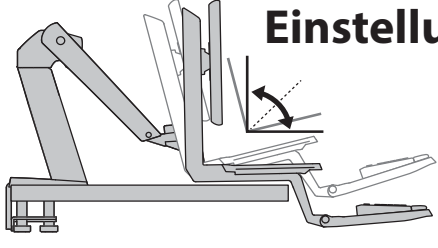
**-** **LB kg** **Reibung senken**  
Wenn sich dieses Produkt nur unter großem Kraftaufwand bewegen lässt, muss die Reibung reduziert werden:

**f**

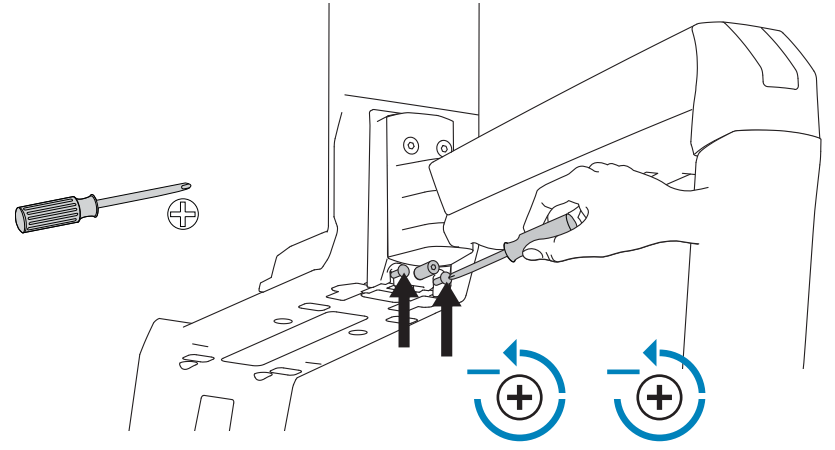
**+** **LB kg** **Reibung erhöhen**  
Wenn sich dieses Produkt zu leicht bewegen lässt, muss die Reibung erhöht werden:

**-** **LB kg** **Reibung senken**  
Wenn sich dieses Produkt nur unter großem Kraftaufwand bewegen lässt, muss die Reibung reduziert werden:

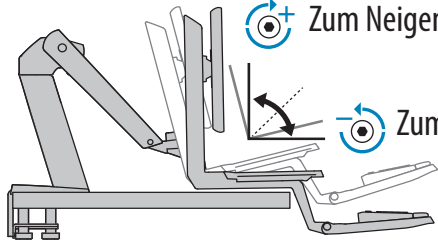
# f Einstellung des Neigungswinkels





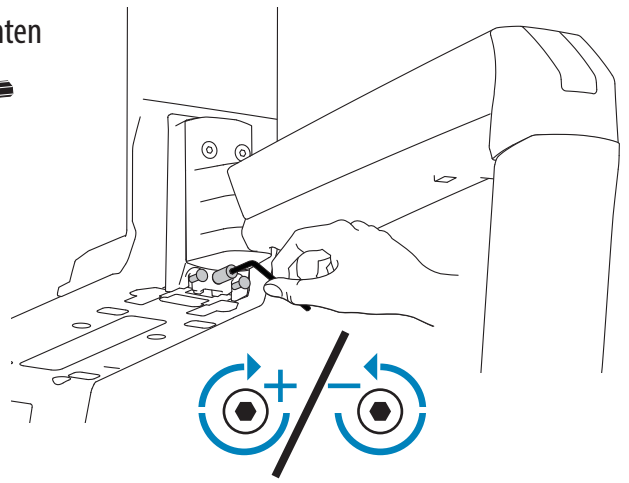
1 Diese beiden Schrauben lockern.



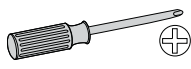
2 Diese Schraube lockern oder festziehen, um den gewünschten Neigungswinkel einzustellen.



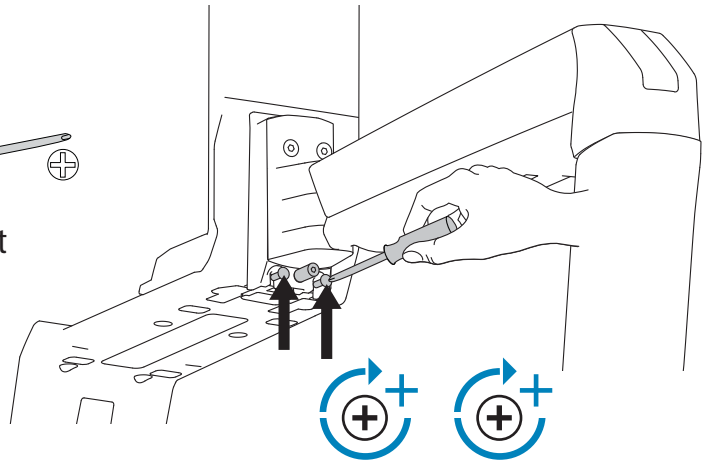
 Zum Neigen nach oben lockern.  
 Zum Neigen nach unten festziehen.



3 Nach Herstellung des gewünschten Neigungswinkels diese beiden Schrauben zum Sichern des Produkts wieder anziehen.



**ACHTUNG!**  
Die Schrauben müssen zur Sicherung des Produkts fest angezogen werden. Ein Missachten dieser Anleitung bewirkt eine Gefährdung der Stabilität und kann zu Geräteschäden oder Verletzungen führen.



## ERGOTRON®

While Ergotron, Inc. makes every effort to provide accurate and complete information on the installation and use of its products, it will not be held liable for any editorial errors or omissions (including those made in the process of translation from English to another language), or for incidental, special or consequential damages of any nature resulting from furnishing this instruction and performance of equipment in connection with this instruction. Ergotron, Inc. reserves the right to make changes in the product design and/or product documentation without notification to its users. For the most current product information, or to know if this document is available in languages other than those herein, please contact Ergotron. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise without the prior written consent of Ergotron, Inc., 1181 Trapp Road, Eagan, Minnesota, 55121, USA Patents Pending and Patented U.S. & Foreign. Ergotron is a registered trademark of Ergotron, Inc.

### Americas Sales and Corporate Headquarters EMEA Sales

St. Paul, MN USA (800) 888-8458 +1-651-681-7600 www.ergotron.com sales@ergotron.com	Amersfoort, The Netherlands +31 33 45 45 600 www.ergotron.com info.eu@ergotron.com
---	---

### APAC Sales Worldwide OEM Sales

Tokyo, Japan www.ergotron.com apaccustomerservice@ergotron.com	www.ergotron.com info.oem@ergotron.com
--	---