

Ihr Fachhändler / Your stockist:

Bürositzmöbelfabrik Friedrich-W. Dauphin GmbH & Co., Espanstraße 29, D-91238 Offenhausen/Germany,
Tel. +49 (0) 91 58/17-0, Fax +49 (0) 91 58/10 07, Internet www.dauphin.de, E-Mail info@dauphin.de

Dauphin HumanDesign® Center national:

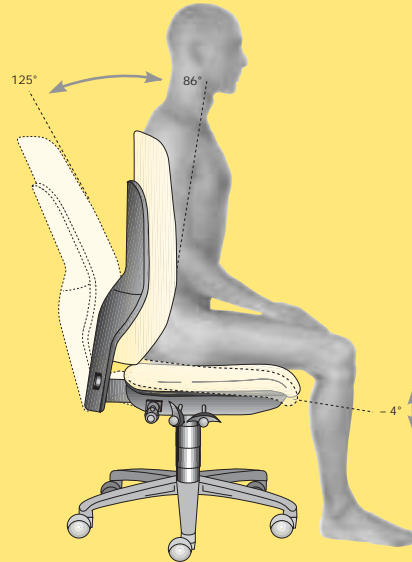
Berlin, Tel. +49 (0) 30 - 4 35 57 60, Fax +49 (0) 30 - 43 55 76 20, E-Mail hdc.berlin@dauphin.de
Dresden, Tel. +49 (0) 3 51 - 8 89 06 98/99, Fax +49 (0) 3 51 - 8 89 06 93, E-Mail hdc.dresden@dauphin.de
Frankfurt/Morfelden, Tel. +49 (0) 61 05 - 2 09 90, Fax +49 (0) 61 05 - 20 99 20, E-Mail hdc.frankfurt@dauphin.de
Günzburg, Tel. +49 (0) 91 58 - 1 74 21, Fax +49 (0) 91 58 - 17 776, E-Mail info@dauphin-group.com
Hamburg, Tel. +49 (0) 40 - 7 80 74 80, Fax +49 (0) 40 - 78 07 48 29, E-Mail hdc.hamburg@dauphin.de
Hannover, Tel. +49 (0) 51 36 - 8 40 83, Fax +49 (0) 51 36 - 8 72 47, E-Mail hdc.hannover@dauphin.de
Karlsruhe, Tel. +49 (0) 7 21 - 6 25 21 20, Fax +49 (0) 7 21 - 61 64 83, E-Mail hdc.karlsruhe@dauphin.de
Köln, Tel. +49 (0) 22 33 - 2 08 90 00, Fax +49 (0) 22 33 - 2 08 90 26, E-Mail hdc.koeln@dauphin.de
München, Tel. +49 (0) 89 - 4 99 49 10, Fax +49 (0) 89 - 49 94 91 22, E-Mail hdc.muenchen@dauphin.de

Dauphin HumanDesign® Center International:

Dauphin (Suisse) AG, Kirschgartenstrasse 12, CH-4051 Basel, Switzerland
Tel. +41 (0) 61 - 283 80 00, Fax +41 (0) 61 - 283 80 05, Internet www.dauphin.ch, E-Mail info@dauphin.ch
Dauphin Benelux B.V., Staalweg 1-3, NL-4104 AS Culemborg, Netherlands
Tel. +31 (0) 345 533 292, Fax +31 (0) 345 533 132, Internet www.dauphin.nl, E-Mail sales@dauphin.nl
Dauphin Office Chairs NV/SA, Torbekhofstraat 31-33, B-2610 Antwerpen (Wilrijk), Belgium
Tel. +32 (0) 3 887 78 50, Fax +32 (0) 3 887 90 19, Internet www.dauphinsv.be, E-Mail dauphinsales@pi.be
Dauphin Scandinavia A/S, Transformervej 18, DK-2730 Herlev, Denmark
Tel. +45 - 44 53 70 53, Fax +45 - 44 53 80 50, Internet www.dauphin.dk, E-Mail info@dauphin.dk
Dauphin France S. A., 6, Allée du Parc de Garlande, F-92220 Bagneux, France
Tel. +33 (0) 1 - 46 54 15 90, Fax +33 (0) 1 - 46 54 15 99, Internet www.dauphin-france.com, E-Mail info@dauphin-france.com
Dauphin Italia, 3, Via Durini, I-20122 Milano, Italy
Tel. +39 02 - 76 01 83 94, Fax +39 02 - 76 02 17 23, Internet www.dauphin.it, E-Mail dauphin@dauphin.it
W. Dauphin España, S.A., Ctra. Alcalá-Torrelaguna, km 9, 100, Polígono Industrial Los Frailes, E-28814 Daganzo de Arriba (Madrid), Spain, Tel. +34 (0) 91 - 8 84 55 55, Fax +34 (0) 91 - 8 84 53 89, Internet www.wdauphinespana.com, E-Mail dauphinmade@jet.es
Dauphin UK Limited:
Dauphin HumanDesign® Center London, 7-9 King Henry Terrace, Sovereign Court, The Highway, GB-London E1W 3HE, Great Britain
Tel. (+44 - 20) 79 77 03 77, Fax (+44 - 20) 79 77 03 74, Internet www.dauphin-uk-limited.com, E-Mail info@dauphin-uk-limited.com
Dauphin HumanDesign® Center Blackburn/Lancashire, Peter Street, GB-Lancashire BB1 5LH, Great Britain
Tel. (+44 - 12 - 54) 522 20, Fax (+44 - 12 - 54) 68 04 01, Internet www.dauphin-uk-limited.com, E-Mail info@dauphin-uk-limited.com
Dauphin Office Seating Canada, 61 Telson Road, Markham (Toronto), Ont. L3R 1E4, Canada
Tel. +1 9 05 - 5 13 22 36, Fax +1 9 05 - 5 13 18 05, E-Mail dauphin@ca.inter.net
Dauphin North America, 300 Myrtle Avenue, Boonton, New Jersey 07005, USA
Tel. +1 9 73 - 2 63 11 00, Fax +1 9 73 - 2 63 35 51, Internet www.dauphin.com, E-Mail inquire@dauphin.com
Dauphin Office Seating S.A. (Pty) Ltd., „Dauphin House“, 109 Oxford Road, ZA-2198 Rosebank, South Africa
Tel. +27 (0) 11 - 447 - 9888, Fax +27 (0) 11 - 447 - 9889, Internet www.dauphin.co.za, E-Mail dauphin@global.co.za

SYNCRO® - TENSION

Bedienungsanleitung / Owners Manual



Irrtum sowie Änderung vorbehalten / Differences in errors and modifications excepted.



DAUPHIN
HumanDesign® Company



DAUPHIN
HumanDesign® Company

Modelle mit Syncro®-Tension Models with Syncro®-Tension

Hinweis: Die Abbildungen in dieser Übersicht zeigen ggf. Produkte mit anderer technischer Ausstattung/
Note: Illustration in this overview can possibly show products with different technical configuration.

Alpha

Modell ohne Abbildung/Model without pictures: AP 05560



AP 05520



AP 05620



AP 05840



AP 05150



AP 05190



AP 05160

Omega



OM 08450



OM 08550



OM 08480



OM 08580

Shape

Modell ohne Abbildung/Model without pictures: SH 08190, SH 08380, SH 08740, SH 08900, SH 08830, SH 08930



SH 08290



SH 08390



SH 08760



SH 08910



SH 08640



SH 08850

Contour

Modell ohne Abbildung/
Model without pictures:
CT 02190, CT 02950,
CT 02960



CT 02280



SL 01350



SL 01450



SL 01650

Tec



TC 01130



TC 09650



TC 01311

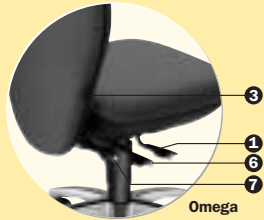


TC 01411

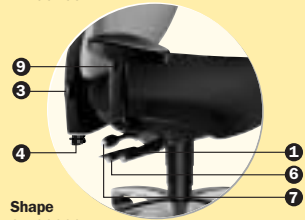
Auf einen Blick / At-a-glance



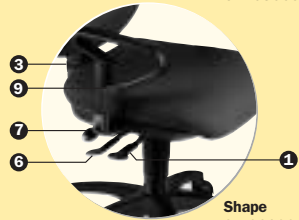
Alpha
AP 05150



Omega
OM 08550



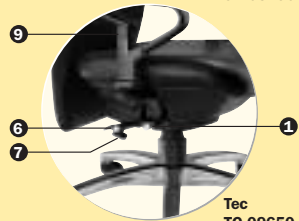
Shape
SH 08390



Shape
SH 08290



Contour
CT 02290



Tec
TC 09650

- 1 **Sitzhöhenverstellung** / Seat height adjustment
- 3 **Verstellung der Rückenlehnenhöhe** / Adjustment of backrest height
- 4 **Verstellung der Lumbalstütze** / Adjustment of lumbar support
- 5 **Verstellung der Kopfstütze** / Adjustment of headrest
- 6 **Synchrontechnik** / Synchronised technology
- 7 **Rückenlehnegegendruck** / Tension adjustment
- 9 **Verstellung der Armlehnen** / Adjustment of armrests)

Herzlichen Glückwunsch

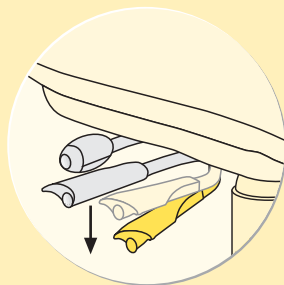
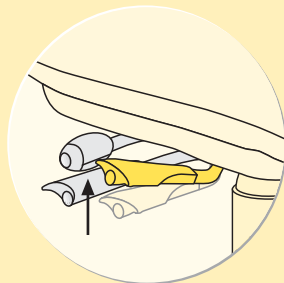
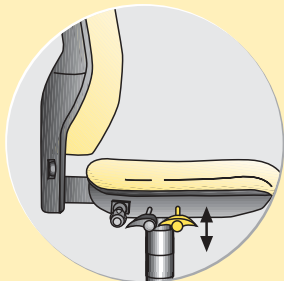
Sie sitzen auf einem Qualitätsprodukt aus dem Hause Dauphin. Bitte beachten Sie jedoch, dass falsch benutzte Stühle Verursacher von Beschwerden sein können. Nutzen Sie daher unsere Sitztipps und die vorhandenen Funktionen Ihres Stuhles. Somit leisten Sie einen wesentlichen, eigenen Beitrag zur Vermeidung von Sitzproblemen.



1. Nehmen Sie tief im Sitz Platz und nutzen Sie die volle Sitzfläche bis zur Rückenlehne.
2. Stellen Sie die Sitzhöhe 1 so ein, dass die Ober- und Unterschenkel einen Winkel von mindestens (besser: größer) 90° zueinander bilden. Die Füße stehen dabei entlastet und vollflächig auf dem Boden. Die Ellbogen liegen auf der Schreibtischoberfläche auf. Die Schultermuskulatur ist dabei entlastet.
3. Stellen Sie die Höhe der Rückenlehne 3 bzw. Lumbalstütze 4 (stärkste Polsterung der Rückenlehne) so ein, dass die Lumbalstütze ungefähr auf Gürtelhöhe positioniert ist.
4. Wenn Sie viel in der Relaxposition arbeiten, empfehlen wir eine Kopf- und Nackenstütze 5 zur Abstützung der Nackenmuskulatur. Stellen Sie die Nackenstütze so ein, dass der Kopf weder nach vorn gedrückt noch überstreckt und vollflächig abgestützt wird.
5. Aktivieren Sie nun – nach Einstellung der o.a. Grundfunktionen – die Synchrontechnik 6. Wechseln Sie die Oberkörperhaltung möglichst oft, damit sich die Muskulatur nicht verkrampft (dynamisches Sitzen).
6. Stellen Sie den Gegendruck der Rückenlehne 7 so ein, dass der Oberkörper aufgerichtet, aber nicht nach vorn gedrückt wird.
7. Stellen Sie nun die Höhe der Armlehnen 9 so ein, dass die Ellbogen aufliegen und die Schulter- und Nackenmuskulatur entspannt ist (gleiche Höhe wie Schreibtisch bzw. Tastatur). Korrigieren Sie dazu ggf. die Sitzhöhe. Stellen Sie die Breite der Armlehnen 9 so ein, dass die Ellbogen nicht am Körper anliegen.
8. Nutzen Sie alle Möglichkeiten, die Ihnen der Stuhl bietet. So leisten Sie einen eigenen Beitrag zur Vermeidung von Sitzproblemen.

Bitte beachten Sie auch die Übersicht auf Seite 3.

Sitzhöhe Seat height



Sitzhöhe

Optimale Sitzhöhe: die Ober- und Unterschenkel bilden zueinander einen Winkel von mindestens (besser: größer) 90° .

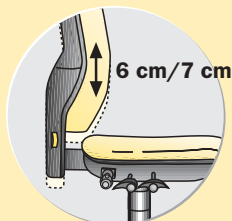
Sitz **höher** stellen: Sitz **entlasten**, Hebel nach **oben** ziehen, in der gewünschten Sitzhöhe loslassen.
Sitz **tiefer** stellen: Sitz **belasten**, Hebel nach **unten** drücken, in der gewünschten Sitzhöhe loslassen.

Optimum seat height: the thigh and lower leg together form an angle of at least (though ideally more than) 90° .

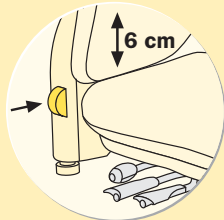
To **raise** the seat: **take your weight off** the seat, pull the lever **upwards**, adjust the seat to the desired height.

To **lower** the seat: **put your weight on** the seat, pull the lever **downwards**, adjust the seat to the desired height.

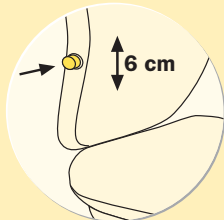
Rückenlehnenhöhe Backrest height



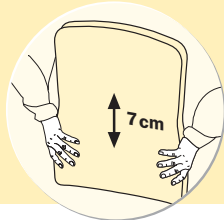
Alpha • Shape • Contour



Omega



Alpha • Shape (Easy-Touch)



Rückenlehnenhöhe

Stellen Sie die Höhe der Rückenlehne so ein, dass die Lumbalstütze (stärkste Polsterung der Rückenlehne) ungefähr **auf Gürtelhöhe** positioniert ist.

Rückenlehne **hoch**: Taste drücken und mit beiden Händen die Rückenlehne in die optimale Position **hochziehen**. Ohne Taste: Rückenlehne in die gewünschte Position **anheben** (Easy-Touch-Verstellung).

Rückenlehne **herunter**: Taste drücken und mit beiden Händen die Rückenlehne in die optimale Position **herunterlassen**. Ohne Taste: Rückenlehne in die oberste Stellung ziehen, in die unterste Position herunterlassen, dann in die gewünschte Position wieder **anheben**.

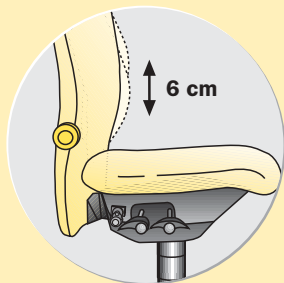
Adjust the height of the backrest so that the lumbar support (where the upholstery of the backrest is thickest) is positioned roughly **at the level of your belt**.

To **raise** the backrest: depress the button and **pull** the backrest **up** into the optimum position using both hands. No button: **raise** the backrest into the desired position (Easy Touch Adjustment).

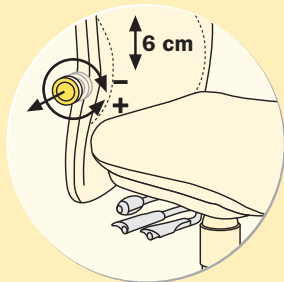
To **lower** the backrest: depress the button and **lower** the backrest into the optimum position using both hands. No button: **raise** the backrest to its highest position, lower it into its lowest position and then raise it again into the desired position.

Lumbalstütze/Höhe

Lumbar support/Height



Alpha • Omega • Tec



Höhenverstellung: Stellen Sie die Höhe der Lumbalstütze (stärkste Polsterung der Rückenlehne) ungefähr **auf Gürtelhöhe** ein.

Höhere Position: Handrad herausziehen und **gegen den Uhrzeigersinn** drehen.

Niedrigere Position: Handrad herausziehen und **im Uhrzeigersinn** drehen.

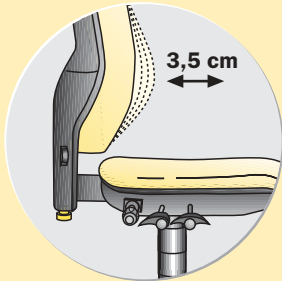
Height adjustment: adjust the height of the lumbar support (where the upholstery of the backrest is thickest) to roughly **the level of your belt**.

Higher position: pull out the hand-wheel and turn it **anticlockwise**.

Lower position: pull out the hand-wheel and turn it **clockwise**.

Lumbalstütze/Tiefe

Lumbar support/depth



Shape



Alpha • Omega • Contour • Tec



Tiefenverstellung: Stellen Sie die Tiefe der Lumbalstütze (stärkste Polsterung der Rückenlehne) so ein, dass Sie im Lendenbereich einen gleichbleibenden Gegendruck verspüren, aber nicht nach vorn gedrückt werden.

Stärkere Vorwölbung: Handrad **im Uhrzeigersinn** drehen.

Weniger Vorwölbung: Handrad **gegen den Uhrzeigersinn** drehen.

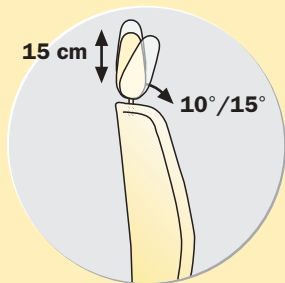
Depth adjustment: adjust the depth of the lumbar support (where the upholstery of the backrest is thickest) so that you can feel a steady counterpressure in the lumbar area but not so that you are pushed forwards.

Greater curvature: turn the hand-wheel **clockwise**.

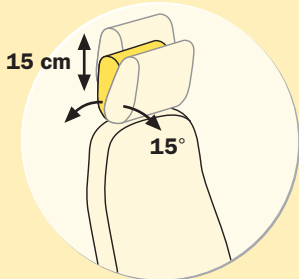
Smaller curvature: turn the hand-wheel **anticlockwise**.

Kopf- und Nackenstütze

Head- and neckrest



Omega • Tec • Shape*



Alpha



Stellen Sie die Nackenstütze so ein, dass der Kopf weder nach vorn gedrückt noch überstreckt und vollflächig abgestützt wird.

Stärkere Vorneigung: mit beiden Händen die Kopfstütze nach **vorn** herunterziehen.

Flachere Vorneigung: mit beiden Händen die Kopfstütze nach **hinten** drücken.

Höhere Position: mit beiden Händen die Kopfstütze nach **oben** drücken.

Niedrigere Position: mit beiden Händen die Kopfstütze nach **unten** drücken.

* neigbar bis 10°

Adjust the **neckrest** so that your head is neither pushed forwards nor over-stretched and is supported over its entire surface.

Greater inclination: pull down the headrest **forwards** using both hands.

Smaller inclination: push the headrest **backwards** using both hands.

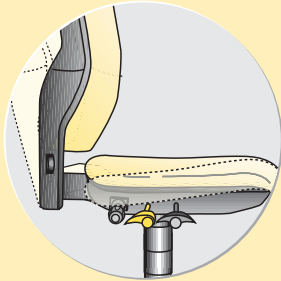
Higher position: push the headrest **upwards** using both hands.

Lower position: push the headrest **downwards** using both hands.

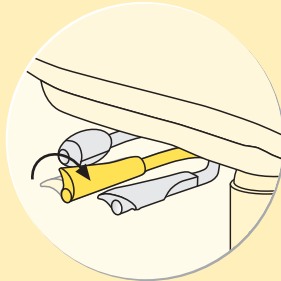
* tiltable by up to 10°

Syncro®-Tension

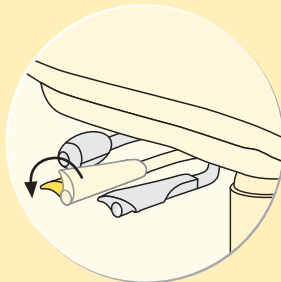
Syncro®-Tension



aktiv - activ



fixiert - fixed



Wechseln Sie die Oberkörperhaltung möglichst oft, damit sich die Muskulatur nicht verkrampft = **dynamisches Sitzen**.

Aktivieren der Synchrontechnik: Griffschale nach **vorn** drehen; Sitzfläche und Rückenlehne folgen synchron der Körperbewegung = **dynamisches Sitzen**.

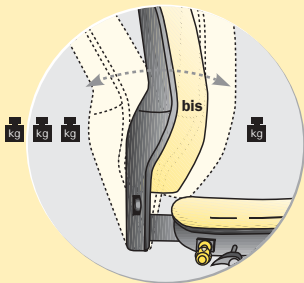
Arretieren der Synchrontechnik: Griffschale nach **hinten** drehen; Sitz und Rückenlehne werden stufenlos in beliebiger Position fixiert.

Change your upper-body posture as often as possible so that your muscles do not become cramped = **dynamic seated posture**.

To activate the synchronised mechanism: Turn the cupped handle towards the **front**; the seat and backrest follow your body's movements in a synchronised manner = **dynamic seated posture**.

To lock the synchronised mechanism: Turn the cupped handle towards the **back**; the seat and backrest are fixed in any desired position in an infinitely adjustable manner.

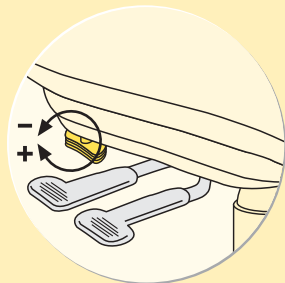
Rückenlehnegedrückt Tension adjustment



Alpha • Omega • Shape • Contour* • Tec*



Contour • Tec



Stellen Sie den Gegendruck der Rückenlehne so ein, dass der Oberkörper aufgerichtet, aber nicht nach vorn gedrückt wird.

Mehr Rückenlehnegedrückt: Handrad **im Uhrzeigersinn** drehen.

Weniger Rückenlehnegedrückt: Handrad **gegen den Uhrzeigersinn** drehen.

* seitliche Verstellung optional

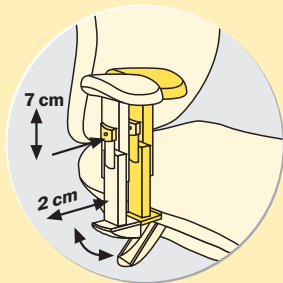
Adjust the backrest tension so that the upper body is held upright but is not pushed forwards.

To increase the backrest tension: turn the handwheel **clockwise**.

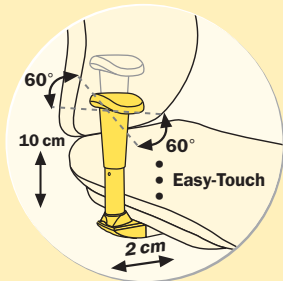
To decrease the backrest tension: turn the handwheel **anticlockwise**.

* sideways adjustment optional

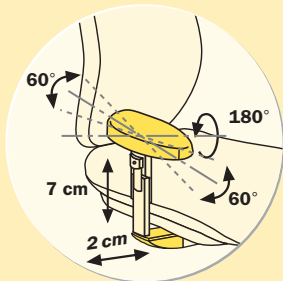
Armlehnen Armrests



Armlehne • armrest No. 450 / 454



Armlehne • armrest No. 710



Stellen Sie die Breite der Armlehnen so ein, dass die Ellbogen nicht am Körper anliegen. Die Höhe der Armlehnen ist dann richtig, wenn die Ellbogen aufliegen und die Schulter- und Nackenmuskulatur entspannt ist.

Höhere Armlehne: Taste drücken, Armlehne für die optimale Position **anheben**. Ohne Taste: Armlehne step-by-step anheben.

Niedrigere Armlehne: Taste drücken, Armlehne in die optimale Position **herunterführen**. Ohne Taste: Armlehne in die oberste Stellung ziehen, in die unterste Position führen, danach **anheben**.

Breitenverstellbare Armlehne: Klappverschluss nach unten drücken, Armlehne in die gewünschte Position verschieben, danach Klappverschluss wieder schließen.

Weitere Funktionen: siehe Zeichnungen

Adjust the width of the armrests so that the elbows are not pressed against the body. The armrests are at the correct height when the elbows are resting on the desk and the shoulders and neck muscles are relaxed.

To raise the armrest: depress the button and **raise** the armrest to the optimum position. No button: raise the armrest step-by-step.

To lower the armrest: depress the button and **lower** the armrest to the optimum position. No button: pull the armrest into the highest position, then into the lowest position and then raise it.

Width-adjustable armrest: press the catch down, move the armrest into the desired position and then close the catch once again.

Additional functions: see drawings

Garantie, Hinweise: Nach Beendigung der gesetzlichen Sachmängelhaftung von 2 Jahren gewährt Dauphin eine Garantie von 3 Jahren bei einem normalen täglichen 8-Stunden-Einsatz. Bei längerer Einsatzdauer, verkürzt sich die Garantiezeit entsprechend. Von der Garantie ausgenommen sind Produktteile, die einem allgemeinen Verschleiß unterliegen, Mängel durch nicht bestimmungsgemäßen Einsatz, unsachgemäße Behandlung, aufgrund extremer klimatischer Bedingungen, unsachgemäßer Eingriffe, bei beigeestellten Materialien oder aufgrund gewünschter Abweichungen von der Serienausführung.

Rollen: Serienmäßig werden harte Rollen für weiche Böden eingesetzt. Für harte Böden sind weiche Rollen (graue Lauffläche) erforderlich. Ein eventueller Austausch der Rollen kann selbst vorgenommen werden.

Wartung: Bei sachgemäßem Gebrauch ist der Stuhl wartungsfrei.

Reinigung: Bitte verwenden Sie für die Reinigung der Oberflächen und Polster keine aggressiven Mittel oder chemische Reinigungsmittel.

Gasfeder: Arbeiten an Gasdruckfedern dürfen nur durch geschultes Fachpersonal durchgeführt werden. Bei unsachgemäßen Arbeiten besteht erhebliche Verletzungsgefahr.

Technische Änderungen bleiben uns vorbehalten.

Guarantee, notes: after the 2-year statutory warranty has expired, Dauphin offers a **3-year guarantee**, based on the chair being used under normal conditions, i.e. 8 hours daily. If the chair is used for longer periods, the guarantee period is reduced accordingly. Product parts which are subject to general wear and defects caused by improper use, improper treatment, extreme climatic conditions, improper tampering, materials placed on the chair or deviations from the standard designs as requested by the customer are exempt from the guarantee.

Castors: hard castors are fitted as standard for soft floors. Soft castors (grey tread) are required for hard floors. The user may change the castors himself/herself if necessary.

Maintenance: the chair is maintenance-free if used in the correct manner.

Cleaning: please do not use any aggressive cleaners or chemical cleaning agents to clean the surfaces of the chair and the upholstery.

Gas struts: only trained specialists may work on the gas pressure struts. There is a considerable risk of injury if improper work is carried out by untrained people.

We reserve the right to make technical changes.