

# Ahrend 1030

Návod k použití

Gebrauchsanweisung

User manual

Manual

Mode d'emploi

Handleiding

## Ahrend 1030

Příručka pro používání a údržbu

Nábytek Ahrend 1030 byl navržen a vyroben tak, aby se vám s ním pracovalo příjemně a bez rizik pro vaše zdraví. V této příručce se seznámíte s pracovištěm Ahrend 1030 a naučíte se je používat a nevystavovat se při tom žádnému nebezpečí.

Doufáme, že se vám s tímto nábytkem bude příjemně pracovat.

**Uchovávejte tento návod na svém pracovišti.**

## Pracoviště

### Tvar stůlů

Stoly Ahrend 1030 mají různé rozměry a hranaté nebo zaoblené tvary.

Lze je používat jako pracovní stoly, ale hodí se výborně také pro schůzování.

## Výška stolu

### Verschillende pootuitvoeringen

Různá provedení nohou stůlů

Stůl Ahrend 1030 se vyrábí se pevně nastavenou výškou, ale jeho výška může být také nastavitelná výškou.

O kterou možnost se jedná, je uvedeno na nohách stolu (obr. 1a 2).

### Pevná výška stola

Stůl Ahrend 1030 s pevnou výškou (obr. 1) se hodí dokonale jako stůl pro schůzování. Je také vhodný pro administrativní činnost, při níž stůl používá větší skupina uživatelů. Pevná výška 72 cm je optimální pro osoby s tělesnou výškou přibližně od 1,60 m do 1,75 m. Pevná výška 74 cm je optimální pro osoby s tělesnou výškou přibližně mezi 1,65 m a 1,80 m.

Lidem s nižším tělesným vzrůstem se doporučuje, aby používali podpěrky pro nohy, vyšší lidé by si měli opatřit stůl, jehož výška je nastavitelná.



**Nastavení do vodorovné polohy**  
U stůlů Ahrend 1030 je každá noha vybavena zařízením, které umožňuje nastavit stůl do vodorovné polohy. Maximálně lze výšku upravit o 10 mm.



**Nastavení správné výšky stolu**  
Posadte se uvolněně na kraj stolu tak, aby deska zasahovala až pod koleno. V této poloze se změří tři důležité vzdálenosti: **Vzdálenost A:** vzdálenost od spodní části podpatku boty po horní část stolu.



**Vzdálenost B:** vzdálenost od desky stolu po dolní část lokte ohnutého v úhlu 90°, jestliže sedíte vzpřímeně a paži držíte podél těla.



**Vzdálenost C:** vzdálenost mezi deskou stolu a pravítkem, které jste si přiložili k horní části stehna plus pět centimetrů. Je-li součet větší než B, musíte místo vzdálenosti B použít hodnotu C. **Správná výška pracovní desky odpovídá při vaší postavě součtu vzdálenosti A a B (nebo A a C). Součet můžete zaokrouhlit na nejbližší sudé číslo.**



#### Stoly s nastavitelnou výškou (H1)

U stolu s nastavitelnou výškou Ahrend 1030 (obr. 2) můžete přizpůsobit výšku desky stolu rozměrům vašeho těla.

Výška je nastavitelná od 62 cm do 90 cm.

Většinou se bude stůl nastavovat jednorázově pro stálého uživatele pracoviště.

Pokyny pro nastavení jsou uvedeny níže.

2

#### Výška vašeho stolu

Nastavte výšku svého stolu podle vaší míry A (viz *Nastavení správné výšky stolu*). Při měření vycházejte z bodu, který se nachází uprostřed na předním okraji sedadla.

#### Podpěrka pro nohy

V praxi se většinou stůl, který je nastaven na nízkou výšku, cítí jako něco nepříjemného protože třeba chceme sedět stejně vysoko jako naši kolegové. I v takovém případě lze dosáhnout ergonomicky správného sedění, a sice pomocí podpěrek pro nohy.

Nastavte stůl do polohy právě o tolik vyšší, jaká je průměrná výška podpěrky pro nohy.



#### Označení nastavené výšky

Nastavená výška se zobrazí pod okrajem horní části nohy stolu.



#### Nastavení výšky

(typ nohy stolu na obr. 2)

Stiskněte tlačítko, které je namontováno v polovině horní části každé nohy. Pokud je tlačítko v stisknuté poloze, lze dolní část nohy zasouvat nebo vysouvat. Tímto způsobem nastavte jednu po druhé všechny čtyři nohy na žádoucí výšku.

## Uživatel a elektrické instalace

**Připojení pracoviště na elektrické, informační a komunikační sítě musí provádět odborný servisní technik.**

### Normy

Všechny součásti nábytku Ahrend 1030 a veškeré příslušenství splňují podmínky, které jsou uvedeny v Elektrifikačních normách BS 6396/2002 a ELT 9/84, a také DIN 5700, část 724.

**Může se stát, že jako uživatel pracoviště Ahrend 1030 budete potřebovat něco změnit na elektrických instalacích. Například vsunout zástrčku do kontaktní skříňky nebo ji vytáhnout, anebo úhledně ukryt přebytečné šňůry.**

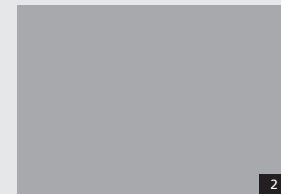
### Veiligheid

#### Bezpečnost

U elektrických instalací pracoviště je nejdůležitější bezpečnost. Z toho důvodu jsou všechny součásti, které se dostávají do styku se šňůrami nebo kabely, na okrajích zaobleny a všechny nábytek může být uzeměn. Nehodám, například zakopnutí o šňůry ležící na zemi, lze předcházet tím, že se šňůry vedou bezpečným způsobem tak, jak to umožňuje vybavení Ahrend 1030 určené k tomuto účelu. Pečlivě uložené šňůry zvyšují bezpečnost pracoviště, vypadají úhledně a pracovníci pověření úklidem mají k pracovišti lepší přístup.

#### Horizontální vedení

Kabely lze vést kanály, které jsou k tomu účelu umístěny v pracovní desce (*obr. 1*).



#### Vertikální vedení

Speciální vertikální vedení kabelů (*obr. 2*), které lze umístit nezávisle na nohách stolu, slouží pro vedení kabelů od podlahy k dolní straně desky stolu. Mohou tak být bez problémů připojena také pracoviště s nastavitelnou výškou.



#### Horizontální vedení

Kabely lze vést speciálními kanály, které jsou umístěny na spodní straně pracovní desky. Za tím účelem povolte jeden po druhém uzávěry desky.



Zavěste do nich kabely.



Uzávěry pak zase utáhněte.

## Údržba

Pokyny týkající se údržby jsou určeny jak pracovníkům specializovaným na údržbu, tak i samotným uživatelům pracoviště.

**Nepoužívejte nikdy benzin na čištění, aceton, terpentýn, petrolej nebo jiné agresivní látky, ředidla či brusné materiály.**

### Součásti nevyžadující údržbu

Mechanické součásti systému pro nastavení výšky nevyžadují při běžném používání žádnou údržbu.

## Servis

Při stěhování nebo změnách v rozvržení pracoviště doporučujeme, abyste se obrátili na svého dodavatele.

### Montáž

Pro interní služby podniků jsou na požádání k dispozici montážní pokyny. Objednací číslo 0160 1071.



### Čištění desek

Běžné znečištění (káva, čaj, tužka, otisky prstů, rtěnka, tuk, lepidla ředitelná vodou, inkoust ze značkovačů apod.) se odstraní čistým navlhčeným hadříkem.

U obtížnějších skvrn lze rozpustit ve vodě měkké mýdlo a použít měkký nylonový kartáček.



### Dýhované desky

Pokud je nutné je čistit, stačí čistý vlhký hadřík. U obtížnějších skvrn lze případně ve vodě rozpustit trochu měkkého mýdla.



### Čištění chromovaných a lakovaných kovových částí

Všechny lakované kovy můžete čistit měkkým, případně navlhčeným hadříkem.

Na obtížnější skvrny od lepidla, značkovačů, propisovacích tužek a podobně stačí vlažná voda s trochou měkkého mýdla, popřípadě líh.

## Ahrend 1030

Anleitung zu Verwendung und Pflege

Das Ahrend 1030-Möbelsystem wurde speziell entworfen und angefertigt, um Ihnen als Benutzer die Arbeit zu vereinfachen. Diese Anleitung macht Sie mit Ihrem Ahrend 1030-Arbeitsplatz, der in gesundheitlicher Hinsicht alle Anforderungen erfüllt.

Wir hoffen, dass Sie dieses Möbelsystem gerne benutzen werden.

**Bewahren Sie diese Anleitung an Ihrem Arbeitsplatz auf.**



### Waagrecht ausrichten

Jedes Ahrend 1030-Tischbein ist mit einer Höhenausgleichsschraube versehen, mit der der Tisch waagrecht ausgerichtet werden kann. Die maximale Schraubhöhe beträgt 10 mm.

## Der Arbeitsplatz

### Tischformen

Ahrend 1030 bietet verschiedene Tischmaße in rechteckigen und runden Formen. Die Tische können als Arbeitsplatz verwendet werden, eignen sich aber ebenso für Besprechungen.

## Die Tischhöhe

### Verschiedene Ausführungen von Tischbeinen

Ein Ahrend 1030-Tisch kann mit einer festen Plattenhöhe ausgestattet oder mit höhenverstellbar. Am vertikalen Stück der Tischbeine können Sie erkennen, um welche Ausführung es sich handelt (Abb. 1 und 2).

### Feste Tischhöhe

Ein Ahrend 1030-Tisch mit fester Plattenhöhe (Abb. 1) ist für viele verschiedene Benutzergruppen nicht nur für normale Büroarbeiten sondern auch als Sitzungs- und Konferenztisch geeignet. Eine feste Plattenhöhe von 72 cm ist für Personen mit einer Körpergröße von 1,60 bis 1,75 m optimal. Eine feste Plattenhöhe von 74 cm ist für Personen mit einer Körpergröße von 1,65 bis 1,80 m optimal. Kleinere Personen sollten eine Fußstütze verwenden, für größere Personen empfiehlt sich ein höheninstellbarer Tisch.



### Feststellen der richtigen Arbeitshöhe

Setzen Sie sich entspannt auf den Rand des Tisches, und zwar so, daß die Kniekehlen sich auf Tischrandhöhe befinden. In dieser Position können drei wichtige Maße genommen werden:

**Abstand A:** der Abstand zwischen Unterseite Ihres Absatzes und Oberseite der Arbeitsplatte.



**Abstand B:** der Abstand zwischen Arbeitsplatte und Unterseite Ihres Ellenbogens (Arm am Körper anwinkeln, wie abgebildet).



**Abstand C:** der Abstand zwischen Arbeitsplatte und einem auf den Oberschenkeln liegenden Lineal. Zählen Sie 5 cm zu dem gemessenen Wert hinzu. Ist der ermittelte Wert größer als Abstand B, ist anstatt Abstand B der ermittelte Wert zu verwenden.

**Ihre persönliche Arbeitshöhe ist die Summe der ermittelten Werte A und B (oder A und C). Den auf diese Art und Weise ermittelten Wert können Sie auf die nächste gerade Zahl abrunden.**



## Höheneinstellbare Tische (HI)

Mit einem höheneinstellbaren Ahrend 1030-Tisch (Abb. 2) können Sie die Plattenhöhe auf Ihre eigene Körpergröße einstellen.

Die Höhe lässt sich von 62 bis 90 cm einstellen. Meistens muss der Tisch nur einmal für den Benutzer des jeweiligen Arbeitsplatzes eingestellt werden. Im Folgenden ist die Vorgehensweise beschrieben.

## Die Höhe Ihres Stuhls

Stellen Sie die Höhe Ihres Stuhls auf Ihre Körpergröße A ein (siehe Einstellen der richtigen Tischhöhe). Als Bezugspunkt wählen Sie die Vorderkante der Sitzfläche in der Mitte.

## Fußstütze

In der Praxis wird eine niedrige Einstellung des Tisches oftmals als nicht angenehm empfunden, da z. B. niemand niedriger sitzen möchte als seine Kollegen. Dennoch kann mit Hilfe einer Fußstütze eine ergonomisch richtige Sitzhaltung erzielt werden. Stellen Sie den Stuhl und den Tisch gerade um die mittlere Höhe der Fußstütze höher ein.



## Die eingestellte Höhe ablesen

Die eingestellte Höhe können Sie unter dem Rand am oberen Beinteil ablesen.



## Die Höhe einstellen

(Tischbein-Typ siehe Abb. 2)  
Drücken Sie auf den am oberen Beinteil in halber Höhe angebrachten Knopf. Wenn Sie diesen gedrückt halten, kann das untere Beinteil eingeschoben bzw. ausgezogen werden. Stellen Sie so nacheinander alle Beine auf die gewünschte Höhe ein.

## Der Benutzer und die Stromversorgung

Der Anschluss des Arbeitsplatzes an das Strom-, Informations- oder Kommunikationsnetz muss durch Fachkräfte erfolgen.

### Normen

Alle Ahrend 1030-Möbelteile sowie das Zubehör entsprechen den Bestimmungen der Stromversorgungsnormen BS 6396/1995, ELT 9/84 und DIN 57100, Teil 723.

Bei Bedarf können Sie als Benutzer des Ahrend 1030-Arbeitsplatzes selbst Veränderungen der Stromversorgung vornehmen. So können Sie zum Beispiel einen Stecker in die Steckdose stecken oder herausziehen oder zu lange Kabellängen ordentlich unterbringen.

### Sicherheit

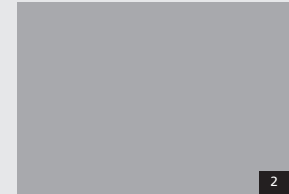
Die Sicherheit steht bei der Stromversorgung des Arbeitsplatzes an erster Stelle. Deshalb sind alle Teile, die mit Kabeln in Berührung kommen, abgerundet, und das gesamte Möbelstück kann geerdet werden. Unfälle, die durch Stolpern über auf dem Boden liegende Kabel verursacht werden, lassen sich vermeiden, indem die Kabel in den Armaturen untergebracht werden, die speziell zu diesem Zweck für die Ahrend 1030-Serie entwickelt wurden. Ein Arbeitsplatz, an dem die Kabel verdeckt sind, ist sicherer, sieht immer aufgeräumt aus und lässt sich leichter reinigen.

### Horizontale Kabelführung

Die Kabel können in der Kabelrinne in der Traverse geführt werden (Abb. 1).



1



2

### Vertikale Kabelführung

Mit der speziellen vertikalen Kabelführung (Abb. 2), die unabhängig von den Tischbeinen angebracht werden kann, lassen sich Kabel vom Fußboden zur Unterseite der Tischplatte führen. Auch höhenverstellbare Arbeitsplätze können so problemlos angeschlossen werden.



### Horizontale Kabelführung

Die Kabel können in der Kabelrinne an der Innenseite der Traverse geführt werden. Schrauben Sie dazu die Tischklappen einzeln los.



Die Kabel von hinten einhängen.



Zum Schluss wieder festschrauben.



## Pflege

Die folgenden Pflegeanweisungen sind sowohl für den Benutzer des Arbeitsplatzes als auch für das Gebäudereinigungspersonal gedacht.

**Verwenden Sie unter keinen Umständen Waschbenzin, Azeton, Terpentin, Petroleum oder andere aggressive Mittel, Lösungsmittel oder Scheuermittel.**

## Wartungsfreie Bauteile

Die mechanischen Komponenten des Höhenverstellungssystems sind bei normalem Gebrauch wartungsfrei.

## Service

Bei Umzügen oder Neugestaltung des Arbeitsplatzes empfehlen wir Ihnen, Kontakt mit Ihrem Lieferanten aufzunehmen.

## Montage

Für das Wartungspersonal Ihres Betriebs ist eine Montageanleitung erhältlich.  
*Bestellnummer: 0160 1071.*



### Reinigung der Arbeitsplatten

Normale Verunreinigung (Kaffee-, Tee-, Bleistift-, Lippenstift-, Filzstift- und Fettflecken sowie Fingerabdrücke oder von wasserlöslichen Leimarten verursachte Flecken etc.) mit einem sauberen, feuchten Tuch entfernen. Hartnäckige Flecken mit einer Seifenlauge und einer weichen Kunststoffbürste entfernen.

Lösungsmittelhaltige Lacke und Leime sowie Nagellack, Stempel- und Kugelschreibertinte usw., mit einem organischen Lösungsmittel, wie z.B. Spiritus, entfernen.



### Reinigung furnierter Arbeitsplatten

Bei Bedarf mit einem sauberen, feuchten Tuch reinigen. Hartnäckige Flecken mit einer Seifenlauge entfernen.



### Reinigung von Chrom und lackierten Metallteilen

Farbig lackierte Metallteile können mit einem weichen, eventuell feuchten Tuch gereinigt werden. Hartnäckige Flecken, wie Leim-, Filzstift-, Kugelschreiberflecken usw., mit lauwarmem Wasser und verdünnter, milder Seifenlauge (eventuell mit Spiritus) entfernen.

## Ahrend 1030

Instructions for use and maintenance

This Ahrend 1030 item of furniture has been designed and manufactured to ensure that you can work comfortably and effectively. This manual tells you all about your Ahrend 1030 workstation and explains how to use it safely.

We hope you will enjoy using your furniture.

**Keep this manual at your workstation for future reference.**

### Workstation

#### Table shapes

Ahrend 1030 is available in several table dimensions with rectangular or round shapes. The tables can be used as workstations, but are also ideal for conference and meeting purposes.

### Table height

#### A range of leg models

Ahrend 1030 tables are available as fixed height models or in a height-adjustable version. You can see the difference in the vertical part of the table legs (*figs. 1 and 2*).

#### Fixed table height

A fixed height Ahrend 1030 table (*fig. 1*) is a perfect meeting and conference table. A fixed table height is also ideal for the great majority of users engaged in normal office work. A fixed height of 72 cm is correct for people who are between about 1.60 and 1.75 m tall (5ft 3ins to 5ft 9ins). A fixed height of 74 cm is correct for people who are between about 1.65 and 1.80 m tall (5ft 5ins to 5ft 11ins).

Shorter people are advised to use a footrest; taller people should use a table in one of the height-adjustable versions.



#### Levelling

Every table leg in the Ahrend 1030 range has adjustable feet for levelling the table.

The maximum adjustment height is 10 mm.



#### Working out the correct table height

Sit on a table in a relaxed manner with the backs of your knees against the edge of the table.

Three important dimensions can now be measured:

**Dimension A:** the distance from the bottom of the heel of the shoe to the top of the table.



**Dimension B:** the distance from the top of the table to the underside of the elbow, sitting upright, with the arm alongside the body and bent at an angle of 90°.



**Dimension C:** the distance between the top of the table and a ruler placed across the thighs, plus 5 cm. If this is greater than dimension B, you should use dimension C instead of dimension B.

**The right work surface height for you is the sum of dimensions A and B (or A and C) rounded off to the nearest even number.**



## Height-adjustable tables (H1)

A height-adjustable Ahrend 1030 table (fig. 2) can be adjusted to suit your personal requirements. The height can be adjusted from 62 to 90 cm. In most situations, the table height is adjusted to the user of the workstation and will not be changed again afterwards. See below for instructions on how to adjust the table.

## The height of your chair

Adjust the height of your chair to your requirements, indicated by A (see Determining the correct table height). Use the central point of the front edge of the seat as a reference point.

## Footrest

In practice, people often find it unpleasant if their table is adjusted to a lower height than their colleagues' tables. In that case, an ergonomically correct seating arrangement is still possible by using a footrest. Then increase the height of the chair and the table by the average height of the footrest.



**Reading out the height setting**  
You can find the height setting under the edge of the upper leg section.



**Adjusting the height**  
*(leg type in fig. 2)*  
Press the knob halfway up the top section of each leg. If you keep the knob depressed, the lower section of the leg will slide in or out. Adjust the four legs to the desired height one by one.

## The user and the wiring

The connection of the workstation to the electricity supply and to data and communications systems must be done by a qualified electrician.

### Standards

All Ahrend 1030 furniture elements and accessories comply with the regulations in wiring standards BS 6396/2002, ELT 9/84 and DIN 5700 part 724.

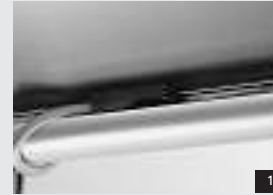
Users may themselves sometimes want to change some aspect of the wiring of their Ahrend 1030 workstation. For example plugging an item of equipment into a socket or unplugging it, or concealing surplus lengths of cable tidily.

### Safety

Safety must be the prime concern in the wiring of a workstation. For this reason, every component that comes into contact with wires and cables has rounded edges and the item of furniture can be earthed as a whole. Accidents caused by tripping over cables on the floor can be prevented by concealing the cables in the facilities specifically provided by the Ahrend 1030 range. Concealed cables make the workstation safer, tidier and easier to clean.

### Horizontal cabling

Cables can be led through the cable duct on the inside of the table rail (fig. 1).



### Vertical cabling

There is a special vertical cable duct (fig. 2), which can be used independently of the legs to lead cables from the floor to the underside of the tabletop. This means that even height-adjustable workplaces can be cabled up simply and neatly.



### Horizontal cabling

Cables can be led through the cable duct on the inside of the table rail. To do this, unscrew the tabletop clamps one at a time.



Locate the cable behind them.



Then tighten the clamps again.

## Maintenance

These instructions for maintenance are intended for both the professional cleaner and the user of the workstation.

**Never use benzine, acetone, turpentine, petrol or other aggressive substances, solvents or abrasive cleansers.**

### Maintenance-free components

If the furniture is used normally The mechanical components of the height adjustment system will be maintenance free.

## Service

We advise you to contact your supplier when moving offices or reconfiguring the workstation.

### Assembly

A set of assembly instructions is available for companies' in-house technical services departments.

*Ahrend code 0160 1071.*



### Cleaning work surfaces

Normal stains (coffee, tea, pencil, lipstick, finger marks, grease, water soluble glue, felt tip pen ink etc.) can be removed with a clean, damp cloth. If necessary, a little soft soap may be added to the water and a soft nylon brush may be used to treat more stubborn stains.



### Cleaning veneered work surfaces

Wipe with a clean, damp cloth if necessary. A little soft soap may be added to the water to treat more stubborn stains.



### Cleaning chrome and enamelled metal parts

All coloured metal parts may be cleaned with a soft cloth, dampened if necessary. More stubborn stains caused by glue, felt tip pens, ballpoints etc. are best treated with lukewarm water and a little soft soap. Methylated spirit may be used if necessary.

## Ahrend 1030

Manuel d'utilisation et d'entretien

Ce meuble Ahrend 1030 a été conçu et fabriqué avec la volonté de proposer à l'utilisateur un poste de travail confortable, ergonomique et convivial. Ce manuel d'utilisation vous initie aux différentes possibilités offertes ainsi qu'à l'usage sécuritaire du poste de travail Ahrend 1030.

Nous espérons que vous aurez grand plaisir à utiliser ce meuble.

**Conservez le présent manuel à proximité de votre poste de travail.**

### Le poste de travail

#### Formes des tables

Ahrend 1030 propose des tables rondes et rectangulaires de dimensions différentes.

Les tables peuvent être utilisées comme postes de travail, mais conviennent aussi parfaitement pour les réunions.

### Hauteur du plateau

#### Différentes versions de piètements

Une table Ahrend 1030 peut être réalisée avec une hauteur fixe ou réglable en hauteur. La différence se reconnaît à la partie verticale des pieds (ill. 1et 2).

#### Hauteur de plateau fixe

Une table Ahrend 1030 à hauteur fixe (ill. 1) convient parfaitement pour les réunions ainsi que pour un grand groupe d'utilisateurs pour le travail administratif. Une hauteur fixe de 72 cm est optimale pour les personnes dont la taille est comprise entre 160 et 175 cm. Une hauteur fixe de 74 cm est optimale pour les personnes dont la taille est comprise entre 165 et 180 cm.

Pour les personnes plus petites ou plus grandes, il est conseillé d'utiliser une table réglable en hauteur.



#### Mise à l'horizontale

Chaque table Ahrend 1030 est pourvue de bouchons d'ajustement permettant sa mise à l'horizontale. La marge de réglage maximale est de 10 mm.



#### Déterminer la hauteur du plateau qui vous convient le mieux

Installez-vous de manière décontractée sur le plateau de travail, le pli du genou contre le bord du plateau. Vous pouvez maintenant effectuer trois mesures importantes.

**Mesure A** : la distance entre la partie inférieure du talon de la chaussure et la face supérieure du plateau.



**Mesure B** : la distance entre le plateau de travail et le dessous du coude en veillant à garder le bras le long du corps, plié à hauteur du coude.



**Mesure C** : la distance entre le plateau et une règle que vous déposez sur la cuisse. Ajoutez 5 cm à cette mesure. Si ce résultat est supérieur à la mesure B, vous utiliserez la mesure C au lieu de B.

**La hauteur de votre plateau de travail est égale à la somme des mesures A et B (ou A et C). Arrondissez cette mesure au chiffre pair le plus proche.**



## Tables réglables en hauteur (H1)

Une table Ahrend 1030 réglable en hauteur (ill. 2) vous permet d'adapter la hauteur du plateau de travail à votre taille. La hauteur peut se régler de 62 à 90 cm. La table sera généralement réglée une seule fois à la hauteur de l'utilisateur du poste de travail. Voir les explications suivantes pour le réglage

## La hauteur de votre siège

Régler la hauteur du siège sur la mesure A ( voir la section Déterminer la hauteur du plateau qui vous convient le mieux). La distance est mesurée à partir du milieu du bord avant du siège.

## Repose-pied

En général, il n'est pas agréable de travailler à une table dont la hauteur est inférieure à celle des bureaux des collègues. Dans un tel cas, il est tout de même possible d'adopter une attitude assise ergonomiquement correcte grâce à l'utilisation d'un repose-pied. Régler le plateau et le siège d'autant plus haut que la hauteur moyenne du repose-pied.



## Lecture de la hauteur réglée

La hauteur réglée peut être lue sous le bord de la partie supérieure du pied.



## Modification de la hauteur

(type de piètement ill. 2)

Enfoncer le bouton monté à mi-hauteur de la partie supérieure de chaque pied. Maintenir le bouton enfoncé pour faire sortir ou rentrer la partie inférieure coulissante du pied. Régler de cette façon les quatre pieds l'un après l'autre afin d'obtenir la hauteur souhaitée.

## L'utilisateur et l'électrification

Le raccordement du poste de travail aux réseaux électrique et de télécommunication doit être réalisé par un monteur spécialisé.

### Normes

Tous les éléments de meubles et accessoires Ahrend 1030 répondent aux conditions fixées par les normes d'électrification BS 6396/2002, ELT 9/84 et DIN 5700, partie 724.

En tant qu'utilisateur d'un poste de travail Ahrend 1030 vous pouvez être amené à apporter des modifications dans l'électrification de votre poste de travail.

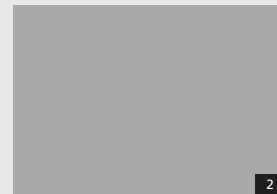
Par exemple brancher ou débrancher une fiche dans une prise ou dissimuler un excès de câbles.

### Sécurité

La sécurité est primordiale dans l'électrification d'un poste de travail. C'est pourquoi tous les éléments en contact avec des cordons électriques et câbles ont été arrondis. Le bureau complet peut par ailleurs être mis à la masse. Vous pouvez éviter nombre d'incidents, comme par exemple trébucher sur un câble ou cordon traînant sur le sol, en rangeant les cordons dans les accessoires prévus par Ahrend 1030. Lorsque les cordons et câbles électriques ou informatiques sont bien rangés, le poste de travail est sans danger, plus net et est en outre facilement accessible au personnel d'entretien des bureaux.

### Passage horizontal des câbles

Les câbles peuvent être passés dans la rigole de la règle du plateau (ill.1)



### Passage vertical des câbles

Une conduite de câble verticale spéciale (ill.2) pouvant être installée séparément des pieds est disponible pour acheminer les câbles depuis le sol jusqu'au-dessous du plateau. Les postes de travail réglables en hauteur peuvent également être raccordés sans problème de cette façon.



### Passage horizontal des câbles

Les câbles peuvent être passés dans la rigole à l'intérieur de la règle du plateau. Il convient pour cela de desserrer un par un les pinces du plateau.



Accrocher le câble derrière.



Resserrer les pinces



## Entretien

Les instructions pour l'entretien s'adressent aussi bien au professionnel du nettoyage qu'aux utilisateurs du poste de travail.

**Ne jamais utiliser d'essence, d'acétone, de térébenthine, de pétrole ou autres substances agressives telles que solvants ou abrasifs.**

### Éléments ne nécessitant aucun entretien

Utilisés dans des conditions normales, les composants mécaniques du système de réglage de la hauteur ne nécessitent aucun entretien.

## Service

Pour les déménagement ou modification du poste de travail, il est conseillé de s'adresser au fournisseur du mobilier de bureau.

### Montage

Pour les services internes des entreprises, Ahrend propose des instructions de montage.

*Numéro de commande : 0160 1071.*



### Nettoyage des plateaux

Pour les salissures courantes (café, thé, crayon, rouge à lèvres, empreintes de doigts, graisse, colle hydrosolubles, encre de crayon feutre et autres), nettoyer le plateau à l'aide d'un chiffon propre, doux et humide. Les taches plus résistantes peuvent être enlevées avec une savonnée douce et une brosse en nylon doux.



### Nettoyage des plateaux en placage

Si nécessaire nettoyer avec un chiffon doux et humide. Pour les taches plus résistantes utiliser une savonnée douce.



### Nettoyage des éléments en chrome et métal vitrifié

Tous les éléments métalliques vitrifiés peuvent être nettoyés à l'aide d'un chiffon doux éventuellement humide. Les taches plus résistantes de colle, crayon feutre, stylo à bille et autres peuvent être traitées à l'eau tiède avec une savonnée douce ou un peu d'alcool.

## Ahrend 1030

Manual de instrucciones y mantenimiento

Este mueble Ahrend 1030 ha sido diseñado y fabricado para que el usuario pueda trabajar de forma cómoda y saludable. Con este manual podrá conocer y aprender a utilizar con seguridad su puesto de trabajo Ahrend 1030.

Esperamos que disfrute utilizando este mueble.

Conserve este documento cerca de su puesto de trabajo.

### El puesto de trabajo

#### Formas de mesa

Ahrend 1030 se fabrica con distintas dimensiones de mesa y con formas rectas y redondeadas. Las mesas pueden utilizarse como puesto de trabajo, pero resultan también muy indicadas como mesa de reunión.

### Altura de la mesa

#### Distintos acabados para las patas

Una mesa Ahrend 1030 puede acabarse con una altura fija y con ajustable en altura. La diferencia se reconoce en el soporte de las patas (fig. 1 y 2).

#### Altura de mesa fija

Una mesa Ahrend 1030 con altura fija (fig. 1) puede utilizarse perfectamente como mesa de reunión. Para muchas personas que realizan trabajos administrativos una mesa con altura fija es una opción excelente. Una altura fija de 72 cm resulta óptima para las personas que tengan una estatura de entre 1.60 y 1.75 m. Una altura fija de 74 cm resulta óptima para las personas que tengan una estatura de entre 1.65 y 1.80 m. Para personas de menor estatura se recomienda la utilización de un soporte para pies y para las personas más altas se aconseja la utilización de una mesa regulable en altura.



#### Nivelar la mesa

Todas las patas para mesas Ahrend 1030 están provistas de topes de ajuste que permiten nivelar la mesa. El ajuste máximo es de 10 mm



#### Determinar la altura adecuada de la mesa

Siéntese de forma relajada en el borde de una mesa de forma que el hueco de la rodilla quede pegado al borde del tablero. Ahora pueden tomarse tres medidas importantes: **Medida A:** la distancia desde la parte inferior del tacón del zapato hasta la parte superior de la mesa.



**Medida B:** la distancia desde la superficie de la mesa hasta la parte inferior del codo, medido con el brazo doblado y pegado al cuerpo.



**Medida C:** la distancia entre la superficie de la mesa y una regla que se coloca sobre los muslos, súmele 5 cm. Si la suma de las dos medidas es mayor que la medida B, debe utilizar este valor en lugar de la medida B. **La altura del tablero de trabajo, adecuada para usted, es igual a la suma de las medidas A y B (o A y C). Para ello puede redondear hasta el número par más cercano.**



2

### Mesas regulables en altura (H1)

Con una mesa Ahrend 1030 ajustable en altura (*fig. 2*) puede adaptar la altura del tablero a su estatura. La altura puede regularse entre los 62 y los 90 cm. En la mayoría de los casos la mesa se ajustará una sola vez para adaptarla al usuario del puesto de trabajo. A continuación se describe cómo regular la altura de la mesa.

### La altura de la silla

Ajuste la altura de su silla a su estatura (*ver Ajuste de la altura de mesa adecuada*). Utilice el borde delantero del centro del asiento como punto de medida.

### Soporte para pies

En la práctica se considera incómoda una altura baja de la mesa, ya que, por ejemplo, no se quiere estar sentado más bajo que otro compañeros. En ese caso puede alcanzarse una posición ergonómica adecuada con la utilización de un soporte para pies.

Regule la altura de la silla y de la mesa en función de la altura media del soporte para pies.



### Comprobar la altura fijada

La altura que se ha fijado puede comprobarse bajo el borde de la parte superior de la pata.



### Ajuste de la altura

(*tipo de pata fig. 2*)

Presione el botón que se encuentra en el medio de la parte superior de cada una de las patas. Si mantiene pulsado el botón, se puede deslizar la parte inferior de la pata hacia dentro o hacia afuera.

Ajuste de este modo, una por una, la altura de las cuatro patas.

## El usuario y el cableado

La conexión del lugar de trabajo a las redes de electricidad, información y comunicaciones debe ser realizada por técnicos especializados.

### Certificados

Todos las piezas y accesorios del mobiliario Ahrend 1030 cumplen los requisitos de las normas de electrificación BS 6396/2002 y ELT 9/84, así como la DIN 5700 sección 724.

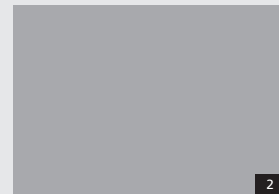
Es posible que como usuario del puesto de trabajo Ahrend 1030 desee modificar algún elemento de la electrificación. Por ejemplo conectar o desconectar un enchufe y ocultar longitudes de cable sobrantes.

### Seguridad

La seguridad es primordial para electrificar un puesto de trabajo. Por este motivo, todas las piezas que entran en contacto con cables tienen los bordes redondeados y el mueble entero puede conectarse a la toma de tierra. Los accidentes provocados por tropiezos con cables que se encuentran en el suelo pueden prevenirse guardando los cables en los dispositivos que Ahrend ofrece con este propósito en la línea Ahrend 1030. Los cables ocultos hacen el lugar de trabajo más seguro, más ordenado y facilitan el acceso al personal de limpieza.

### Guías horizontales

Los cables pueden guiarse por la canaleta para cables de la regleta del tablero (fig. 1).



### Guías verticales

Existe una guía vertical especial para cables (fig. 2) que puede utilizarse de forma independiente de las patas y permite guiar los cables desde el suelo hasta la parte inferior del tablero. De este modo, también pueden conectarse sin problemas los puestos de trabajo regulables en altura.



### Guías horizontales

Los cables pueden guiarse a través del hueco para la canaleta para cables en la parte interior de la regleta del tablero. Para ello deberán soltarse las pinzas del tablero una a una.



Enganchar el cable por detrás.



A continuación volver a girar para fijarlas.

## Mantenimiento

Estas recomendaciones de mantenimiento van dirigidas tanto a los limpiadores como a las personas que trabajan en este lugar.

**No utilice jamás bencina, acetona, terpentina, petróleo u otras sustancias agresivas, disolventes o productos abrasivos.**

### Piezas sin mantenimiento

Con un uso normal los componentes mecánicos del sistema de regulación de altura no requieren mantenimiento.

## Servicio

Para mudanzas y cambios del lugar de trabajo le aconsejamos ponerse en contacto con su proveedor.

### Montaje

Para el servicio de mantenimiento interno de las empresas podemos proporcionar instrucciones de montaje si lo desea.

*Número de referencia 0160 1071.*



### Limpieza de tableros

Manchas normales (café, té, lápiz, pinta labios, huellas digitales, grasa, cola de agua, tinta de rotulado, etc.) se limpian con un paño húmedo. Con manchas más rebeldes se puede utilizar jabón neutro disuelto en agua y un cepillo suave de nylon.



### Limpieza de tableros chapados

Si fuese necesario, límpielos con un paño limpio húmedo. Con manchas rebeldes puede utilizar jabón neutro disuelto en agua.



### Limpieza de partes cromadas y metales lacados

Todas las partes metálicas de color se pueden limpiar con un paño suave, húmedo. Manchas más rebeldes como manchas de cola, rotulador, tinta de bolígrafo y parecidas, se pueden tratar con agua tibia y jabón neutro, en algunos casos con alcohol.

## Ahrend 1030

Handleiding voor gebruik en onderhoud

Dit Ahrend 1030 meubel is ontworpen en gefabriceerd om u er als gebruiker prettig en gezond mee te laten werken. Deze handleiding leert u uw Ahrend 1030 werkplek kennen en veilig gebruiken.

Wij hopen dat u met plezier dit meubel zult gebruiken.

**Bewaar deze handleiding bij uw werkplek.**



### Waterpas stellen

Elke Ahrend 1030 tafelpoot is voorzien van justerdoppen, die het mogelijk maken de tafel waterpas te stellen.

De maximale uitdraaihoogte is 10 mm.

## De werkplek

### Tafelvormen

Ahrend 1030 kent verschillende tafelaformingen in rechte en ronde vormen.

De tafels kunnen worden gebruikt als werkplek, maar zijn ook zeer geschikt om aan te vergaderen.

## De tafelhoogte

### Verschiede pootuitvoeringen

Een Ahrend 1030 tafel kan zijn uitgevoerd in een vaste hoogte of kan in hoogte instelbaar zijn. U herkent dit verschil in de staander van de tafelpoten (*afb. 1 en 2*).

### Vaste tafelhoogte

Een Ahrend 1030 tafel met vaste hoogte (*afb. 1*) kan perfect als vergadertafel worden toegepast.

Voor administratieve arbeid is een vaste tafelhoogte voor een grote groep gebruikers ook uitstekend bruikbaar. Een vaste hoogte van 72 cm is optimaal geschikt voor mensen met een lichaamslengte tussen ongeveer 1.60 en 1.75 m. Een vaste hoogte van 74 cm is optimaal geschikt voor mensen met een lichaamslengte tussen ongeveer 1.65 en 1.80 m.

Kleinere mensen wordt geadviseerd een voetensteun te gebruiken, langere mensen een hoogte-instelbare tafel.



### Het vaststellen van de juiste tafelhoogte

U gaat ontspannen op de rand van een tafel zitten, zodat de knieholte tegen de rand van het blad stoot.

Nu kunnen drie belangrijke maten worden gemeten:

**Maat A:** de afstand van de onderkant van de schoenhak tot de bovenkant van de tafel.



**Maat B:** de afstand van het tafelvlak tot de onderkant van de 90° gebogen elleboog, rechtop zittend, met de arm naast het lichaam.



**Maat C:** de afstand tussen het tafelvlak en een lijn die u over de bovenbenen legt, plus 5 cm.

Als dat méér is dan maat B, dient u maat C te gebruiken in plaats van maat B.

**Uw juiste werkbladhoogte is de som van de maten A en B (of A en C). U kunt hierbij afronden op het meest nabijge even getal.**



#### Hoogte-instelbare tafels (HI)

Met een Ahrend 1030 tafel die in hoogte instelbaar is (afb. 2) kunt u de bladhoogte op uw lichaamsafmetingen afstemmen.

De hoogte is instelbaar van 62 tot 90 cm.

Meestal zal de tafel eenmalig worden ingesteld op de gebruiker van de werkplek.

Zie hieronder hoe de tafel in te stellen.

2

#### De hoogte van uw stoel

Stel de hoogte van uw stoel in op uw maat A (zie *Het vaststellen van de juiste tafelhoogte*). Gebruik als meetpunt de voorrand van de zitting in het midden.

#### Voetensteun

In de praktijk wordt een lage instelling van de tafel vaak als niet prettig ervaren, omdat men bijvoorbeeld niet lager wil zitten dan collega's. In dat geval kan toch een ergonomisch juiste zitsituatie bereikt worden met behulp van een voetensteun.

Stel de stoel en de tafel net zoveel hoger in als de gemiddelde hoogte van de voetensteun.



**De ingestelde hoogte aflezen**  
De ingestelde hoogte leest u af onder de rand van het bovenste deel van de poot.



**De hoogte instellen**  
(*poottype afb. 2*)  
Druk op de knop die halverwege het bovendeel van elke poot is ingebouwd. Indien u de knop ingedrukt houdt, kan het onderste deel van de poot in- of uitgeschoven worden.  
Stel zo de vier poten één voor één in op de gewenste hoogte.

## De gebruiker en de electrificatie

Het aansluiten van de werkplek op de electriciteits-, informatie- en communicatienetten dient door deskundige monteurs te gebeuren.

### Normen

Alle Ahrend 1030 meubeldelen en accessoires voldoen aan de voorwaarden zoals die zijn vastgelegd in de Elektrificatienormen BS 6396/2002 en ELT 9/84, alsmede DIN 5700 deel 724.

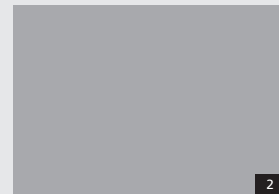
Het kan gewenst zijn dat u als gebruiker van de Ahrend 500 werkplek zelf iets verandert aan de elektrificatie. Bijvoorbeeld een stekker in een contactdoos steken of eruit halen of overtollige snoerlengten netjes wegwerken.

### Veiligheid

Veiligheid staat voorop bij het electrificeren van een werkplek. Daarom zijn alle onderdelen die in contact komen met snoeren en kabels aan de randen afgerond en kan het hele meubel worden geaard. Ongelukken, zoals struikelen over snoeren die over de vloer liggen, kunnen worden voorkomen door de snoeren netjes weg te bergen in de voorzieningen die Ahrend 1030 daarvoor biedt. Weggewerkte snoeren maken de werkplek veiliger, het staat netter en de werkplek is voor schoonmakers beter toegankelijk.

### Horizontale geleiding

Kabels kunnen worden geleid via de kabelgootruimte in de bladregel (afb. 1).



### Verticale geleiding

Een speciale, verticale kabelgeleiding (afb. 2), die los van de poten kan worden toegepast, is beschikbaar om kabels vanaf de vloer naar de onderzijde van het blad te geleiden. Ook hoogteverstelbare werkplekken kunnen zo probleemloos worden aangesloten.



### Horizontale geleiding

Kabels kunnen worden geleid via de kabelgootruimte aan de binnenzijde van de bladregel. Daartoe de bladklemmen één voor één losdraaien.



De kabel erachter haken.



Daarna weer vastdraaien.



## Onderhoud

Deze aanwijzingen voor het onderhoud zijn bedoeld voor zowel de professionele schoonmaker als de gebruiker van de werkplek.

**Gebruik nooit wasbenzine, aceton, terpentijn, petroleum of andere agressieve stoffen, oplosmiddelen of schuurmiddelen.**

De mechanische componenten van het hoogtevastelingsysteem zijn bij normaal gebruik onderhoudsvrij.

## Service

Voor het verplaatsen van de werkplek adviseren wij u contact op te nemen met uw leverancier.

### Montage

Voor interne diensten van bedrijven zijn op aanvraag montage-instructies beschikbaar.



### Bladen reinigen

Normale verontreiniging (koffie, thee, potlood, lippenstift, vingerafdrukken, vet, wateroplosbare lijmen en viltstift e.d.) verwijderen met een schone, vochtige doek. Eventueel bij hardnekkiger vlekken wat zachte zeep in het water oplossen en een zachte nylon borstel gebruiken.



### Gefineerde bladen reinigen

Indien nodig reinigen met een schone, vochtige doek. Eventueel bij hardnekkiger vlekken wat zachte zeep in het water oplossen.



### Gelakte metalen onderdelen reinigen

Alle gekleurde metalen delen kunt u reinigen met een zachte, eventueel vochtige doek. Hardnekkiger vlekken van lijm, viltstift, ballpoint-inkt en dergelijke met lauw water met wat zachte zeep behandelen, eventueel met spiritus.



Ahrend. Always ready for things to come