

We at ergoCentric, want to ensure the adjustment features of your chair are easily understood. We believe the proper use of these features is critical and will ensure you receive the full benefits of your ergonomic chair.

Call us if you have any questions and ask for a customer support representative.

Chez ergoCentric, notre priorité est d'assurer une maîtrise optimale des réglages de votre chaise. Nous croyons qu'une utilisation adéquate des fonctions ergonomiques de nos produits vous permettra de profiter pleinement de leurs bienfaits.

Si vous avez des questions, appelez-nous et demandez à parler avec un représentant du service à la clientèle.

## ergoCentric™

ph/tél.: 1 866 GET ERGO | 905 696-6800

fx/télé.: 1 800 848-5190 | 905 696-0899

service@ergocentric.com

ergocentric.com



Association of Canadian Ergonomists  
Association Canadienne d'Ergonomie

## Adjustability understood™

To get the most out of your chair, please take a minute to learn about its adjustment features.

## La maîtrise des ajustements™

Pour utiliser au mieux votre chaise, veuillez prendre une minute pour en apprendre davantage sur ses réglages.

Read this user guide  
or visit [ergo3.ca](http://ergo3.ca)

Lisez ce guide ou visitez  
le [ergo3.ca](http://ergo3.ca)

Synchro Glide

ergoCentric™  
ergocentric.com

### SPRING TENSION:

To adjust the spring tension, turn the knob located under the front left corner of the seat. Turn the knob counter-clockwise to increase the spring tension and clockwise to decrease the spring tension.

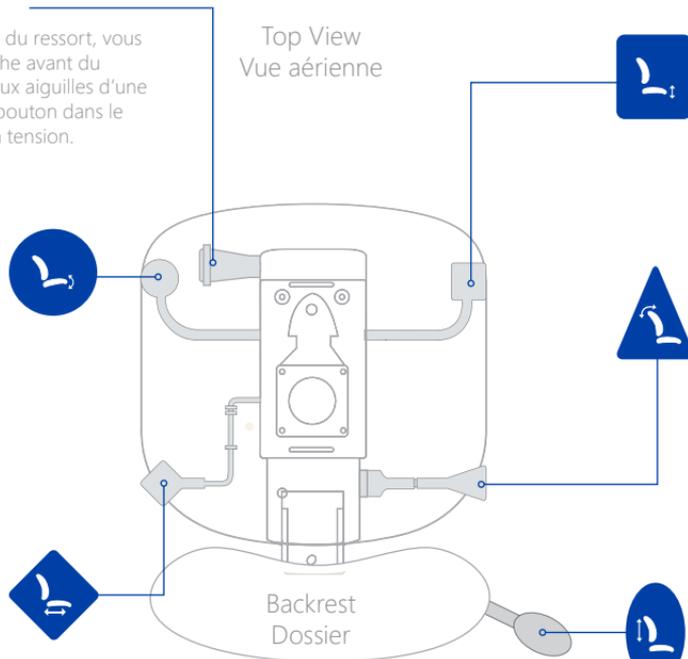
**TENSION DU RESSORT:** Pour régler la tension du ressort, vous devez tourner le bouton situé sous le coin gauche avant du siège. Tournez le bouton dans le sens opposé aux aiguilles d'une montre pour augmenter la tension. Tournez le bouton dans le sens des aiguilles d'une montre pour abaisser la tension.

**FREE FLOAT:** To free float the chair, push down on the **CIRCULAR** paddle and lean back against the backrest to disengage the safety lock. To lock the chair pull up on the **CIRCULAR** paddle.

**MODE BERÇANT:** Pour passer en mode berçant, poussez la manette de forme **CIRCULAIRE** vers le bas et poussez sur le dossier vers l'arrière avec votre dos pour dégager le verrou de sécurité. Pour verrouiller le mécanisme berçant, relevez en tirant vers le haut sur la manette circulaire.

**SEAT DEPTH:** To adjust the seat depth, pull up on the **DIAMOND** paddle with your left hand and move the seat in relation to the backrest by shifting your weight forward or backward while holding the backrest with your right hand. Push down on the diamond shaped paddle to lock the seat in place

**PROFONDEUR DE L'ASSISE:** Pour régler la profondeur de l'assise, tirez vers le haut la manette en forme de **DIAMANT** à l'aide de votre main gauche. Faites glisser le siège vers l'avant ou vers l'arrière en déplaçant votre poids dans la direction désirée tout en tenant le dossier avec votre main droite. Abaissez la manette vers le bas pour verrouiller le siège en place.



**SEAT HEIGHT:** To raise the seat, pull up on the **SQUARE** paddle while raising your weight off the chair. To lower the seat, pull up on the paddle while sitting. Release the paddle to lock.

**HAUTEUR DU SIÈGE:** Pour élever le siège, tirez vers le haut sur la manette de forme **CARRÉE** tout en soulevant votre poids de la chaise. Pour abaisser le siège, tirez sur la manette alors que vous êtes assis. Relâchez la manette pour bloquer le siège au niveau désiré.

**BACK ANGLE:** To adjust the back angle, pull up on the **TRIANGULAR** paddle and hold it in the up position. Lean backward or forward until the backrest is at the desired angle. Release the paddle to lock. When adjusted correctly the angle between your upper body and thighs should be greater than 90°.

**ANGLE DU DOSSIER:** Pour régler l'angle du dossier, tirez sur la manette **TRIANGULAIRE** et tenez-la. Penchez vous vers l'avant ou vers l'arrière afin de déplacer le dossier à l'angle d'ouverture désiré. Relâchez la manette pour bloquer le dossier. Pour un ajustement correct, l'angle entre le haut de votre corps et vos cuisses devrait être plus élevé que 90°.

**BACK HEIGHT:** To adjust the back height, push the **OVAL** paddle back away from the seat and adjust the backrest up or down to the desired height. Pull this paddle down and towards the seat to lock.

**HAUTEUR DU DOSSIER:** Pour régler la hauteur du dossier poussez la manette de forme **OVALE** en l'éloignant du siège. Positionnez le dossier au niveau désiré. Tirez la manette vers le bas et vers vous pour bloquer le dossier en place.