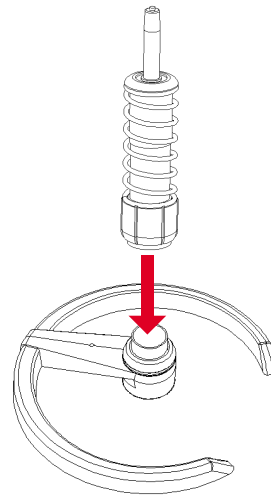
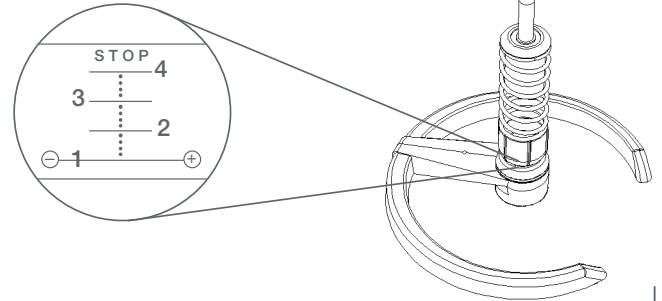


<b>Montage „swopper“</b>	<b>3</b>
<b>„swopper“ Bedienung</b>	<b>4</b>
Einstellungen	4
So sitzen Sie richtig...	5
Gleitfüße	6
<b>Montage Lehne</b>	<b>7</b>
<b>Pflege</b>	<b>8</b>
<b>Technische Daten</b>	<b>9</b>
<b>Garantie</b>	<b>10</b>

# Montage „swopper“



- „swopper“-Teile wie abgebildet zusammenstecken. Die Skala sollte hierbei der besseren Lesbarkeit halber nach vorne zeigen. Durch das erste Draufsetzen auf den „swopper“ und zwei- bis dreimaliges Auf- und Ab-Schwingen werden die konischen Steckkontakte fest miteinander verbunden.



# „swopper“ BEDIENUNG

## EINSTELLUNG

**1. Höhenverstellung** Durch Ziehen am Griff für die Höhenverstellung unter dem Sitz, bei gleichzeitiger Be- oder Entlastung des „swoppers“, können Sie die gewünschte Sitzhöhe stufenlos einstellen.

**2. Seitliche Beweglichkeit** Kippen Sie den „swopper“ zur Seite und drehen Sie das Handrad am untersten Ende der Mittelsäule. Für größere Beweglichkeit in Richtung „Plus“ (+), für geringere Seitenbeweglichkeit nach „Minus“ (-).

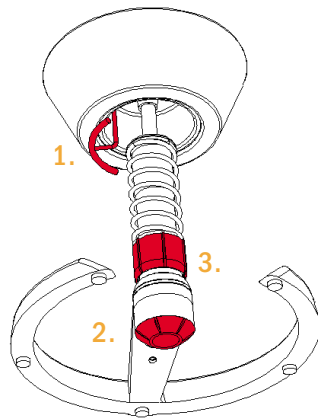
**3. Federhärte** Durch Drehen der Manschette unterhalb der Spiralfeder des Federbeins in Richtung Minus (-) erreichen Sie eine weichere Federung, in Richtung Plus (+) eine entsprechend härtere.

### Einstellungen „swopper“:

- bis 60 kg (weichste Einstellung, Minus (-) bis zum Anschlag)
- bis 75 kg Stufe 1
- bis 90 kg Stufe 2
- bis 105 kg Stufe 3
- bis 130 kg Stufe 4 u. härter

### Einstellungen „swopper-Junior“:

- bis 35 kg Stufe 1
- bis 43 kg Stufe 2
- bis 50 kg Stufe 3



## SO SITZEN SIE RICHTIG...

### Für den „swopper“ und den „swopper - JUNIOR“:

Setzen Sie sich mittig auf den „swopper“. Die Öffnung des Fußrings zeigt dabei nach vorne. Mit beiden Beinen und dem Gesäß halten Sie das Gleichgewicht. Unwillkürlich betätigen Sie dabei eine Vielzahl kleiner Muskeln und Muskelgruppen. Und zwar genau jene, die Ihre Wirbelsäule aufrecht halten. So sitzen Sie automatisch richtig, das Zwerchfell ist frei, Sie atmen tief und Ihr Kreislauf ist gut in Schwung. Ihre Leistungsfähigkeit steigt. Sie fühlen sich wohl.

### Beginnen Sie langsam mit dem Swoppen

Vor allem bei untrainierter Rückenmuskulatur. Denn Swoppen ist Joggen im Sitzen. Fangen Sie zunächst mit einer halben bzw. einer Stunde an und steigern Sie die Benutzungszeit langsam. Hören Sie auf die Signale, die Ihnen Ihr Körper gibt. Bei zu intensiver Benutzung von Anfang an, kann es sein, dass Sie einen Muskelkater bekommen.

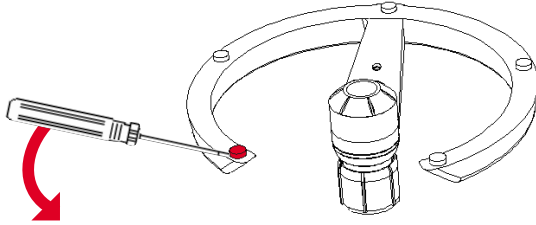
### Sitzen auf dem „swopper“ mit Lehne:

Die Lehne ist bewusst so entwickelt worden, dass sie die freie Beweglichkeit auf dem „swopper“ nicht einschränkt. Wenn Sie sich anlehnen möchten, müssen Sie daher Ihre Sitzposition ein wenig verändern. Während Sie für das dynamische Sitzen mittig auf dem „swopper“ sitzen, setzen Sie sich zum Anlehnen ein Stückchen weiter nach hinten. Das bewirkt, dass sich der „swopper“ automatisch nach hinten neigt und Sie bequem Halt an der Relaxlehne finden.

Um erneut Ihre Arbeitsposition einzunehmen, setzen Sie sich einfach wieder mittig auf den „swopper“.

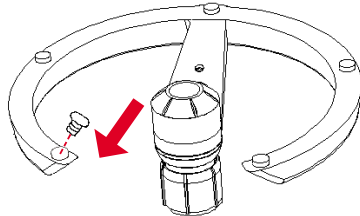
## GLEITFÜSSE

Der „swopper“ wird mit Metallgleitern ausgeliefert. Diese sind bestens geeignet für Teppichboden, Filz, PVC, Kork etc. Für harte Böden wie Stein, Fliesen oder Parkett empfehlen wir unsere speziellen Filzgleiter. Diese senden wir Ihnen bei Bedarf gerne zu.



- Stellen Sie den „swopper“ vorsichtig auf den Kopf, hebeln Sie die Metall- oder Filzgleiter z.B. mit einem Schraubenzieher heraus.

- Setzen Sie nun die Auswechselfüße an deren Stelle und klopfen oder drücken Sie diese einfach hinein. Fertig.

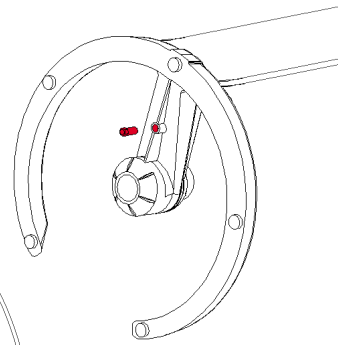
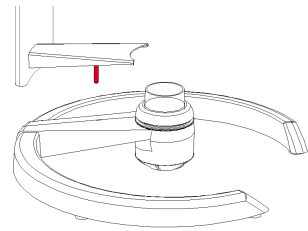
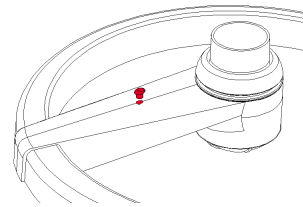
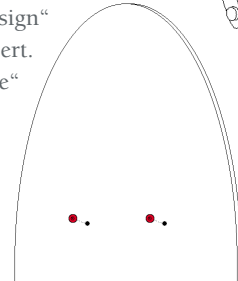


- Entfernen Sie den Kunststoffstöpsel, der sich auf dem Steg des Fußrings befindet. Stoßen Sie den Kunststoffstöpsel mit dem beigelegten Inbusschlüssel von unten aus seiner Fassung.

- Stecken Sie nun den Adapter so auf den Fußring, dass der Gewindestab in die Öffnung des Fußrings eingeführt wird. Achten Sie darauf, dass der Adapter am Fußring gut aufsitzt.

- Kippen Sie den „swopper“ vorsichtig nach vorne, so dass der Sitz am Boden liegt. Stecken Sie die beiliegende Mutter von unten auf den Gewindestab auf und schrauben Sie diese mit dem beiliegenden Schlüssel fest. Der Adapter sollte sich anschliessend nicht mehr bewegen lassen.

- Die Lehne Typ „Design“ ist damit fertig montiert. Die Lehne Typ „Office“ wird mit den beigefügten Inbusschrauben am Halter befestigt.



Generell gilt: Der „swopper“ ist rundum pflegeleicht. Flecken sollten sofort und so schonend wie möglich behandelt werden. Gern geben wir hier die Herstellerempfehlungen für unsere „swopper“-Bezugsstoffe weiter:

**Softex** Feucht abwischen, eventuell mit einem flüssigen Reinigungsmittel, das 50 Prozent Wasser und 50 Prozent Alkohol enthält oder mit einem normalen ammoniakhaltigen Produkt.

**Skai** Leichtere Verschmutzungen mit Feinwaschmittel abwischen und mit warmem Wasser nachreinigen. Stärkere Verschmutzungen mit alkoholfeuchtem (nicht nassem) Tuch leicht abreiben. Fett- und ölhaltige Lederpflegemittel, Lösungsmittel (z.B. Azeton) oder Reinigungsmittel mit scheuernder Wirkung dürfen nicht verwendet werden.


**Alcantara** Allein durch die Behandlung mit Wasser und Seifenschaum wird Alcantara seine Schönheit erhalten. Farbige Flecken (z.B. von Obst, Ketchup, Kaffee, Senf, Wein etc.) sollten mit Zitronensäure nachbehandelt werden. Kaugummi, Kugelschreiber, Filzstift, öl- und fetthaltige Verschmutzungen bitte mit Ethylalkohol vorbehandeln. Immer gilt: Nach jeder Reinigung gründlich mit klarem Wasser ausspülen.

**Kuhfell-Stoff** Falls der Fleck nicht ins Muster passt: Warmes Wasser und Feinwaschmittel benutzen.

**Leder** Die Oberfläche des ecopell-„swopper“-Leders ist frei von Kunststoffversiegelungen und fluorhaltigen Verbindungen. Es ist, wie andere edle Materialien (Seide, Wolle) empfindlich gegenüber grober mechanischer Beanspruchung, Verschmutzungen und Flecken. In den meisten Fällen gilt: mit weichem, feuchten Tuch abwischen, anschließend mit sauberem Tuch großflächig nachreiben. Mit Leder-Pflegemittel nachbehandeln.

Reinigung des Fußringes Dunklen Abriebstreifen von Schuhsohlen auf dem Fußring begegnet man am besten mit einem weichen Radiergummi oder einem sanften Tuch mit etwas Waschbenzin. Das gilt sowohl für den anthrazit- wie auch für den titanfarbenen „swopper“-Fußring. Der Kontakt mit Metallabsätzen o.ä. sollte auf jeden Fall vermieden werden.

## Technische DATEN

	swopper®	swopper® 
Höhe:	45-68 cm	42-60 cm
Gewicht:	11 kg	11 kg
Fußring:	Ø 55 cm, titanfarben oder anthrazit	Ø 55 cm, anthrazit
Federhärte:	einstellbar von 50 - 130 kg	einstellbar von 25 - 50 kg
Bezugsstoff:	Softex, Skai, Ökoleder, Alcantara und Kunstfell	Kunstfell, Alcantara, Softex



## aeris - Impulsmöbel

GmbH & Co. KG

Ahrntaler Platz 2-6

D-85540 Haar bei München

Fon +49 (0) 89-90 05 06 - 0

Fax +49 (0) 89-90 39 39 - 1

E-Mail: [info@aeris.de](mailto:info@aeris.de)

[www.swopper.de](http://www.swopper.de)

Rufen Sie an!

Hotline 018 02-22 35 22



**aeris**<sup>®</sup>  
IHREM RÜCKEN ZULIEBE

# 3 Jahre GARANTIE

Der „swopper“ ist ein durch und durch hochwertiges Produkt, bei dem auch jede einzelne der über 40 Komponenten höchsten Qualitätsansprüchen gerecht wird. Deshalb können wir auf den „swopper“ auch eine Garantie von vollen drei Jahren geben. Diese Garantie gilt für alle Original-„swopper“-Teile.

Die Garantie beginnt mit dem Tag der Auslieferung. Bitte heben Sie daher Ihre Rechnung/Lieferschein unbedingt zur Wahrung aller Garantieansprüche auf. Innerhalb der Garantiezeit leistet aeris nach Rückgabe und Prüfung der Reklamation Reparatur oder Ersatz ohne Berechnung. Lediglich Transportkosten fallen an.

Ausgenommen von der Garantie sind die übliche Abnutzung von Verschleißteilen, z.B. der Bezugstoffe, Mängel, die auf unsachgemäße Behandlung zurückzuführen sind (u.a. Pflegefehler, Stoß-, Kratz- und Reißschäden) sowie alle eventuell von dritter Seite vorgenommenen, von aeris nicht autorisierten und nicht TÜV-geprüften Veränderungen.