

WELL - BEING  
BIEN - ÊTRE

**SAVIA**  
BIENESTAR

***ofita***

**Instrucciones para el uso y  
Garantía**

***Operating instructions and  
Guarantee***

**Instructions d'emploi et  
de Garantie**

**Servicio de Atención al Cliente  
902 11 46 12**

**[www.ofita.com](http://www.ofita.com)  
[marketing@ofita.com](mailto:marketing@ofita.com)**

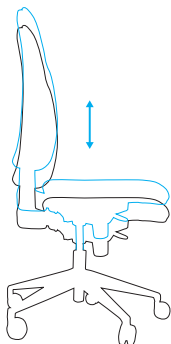
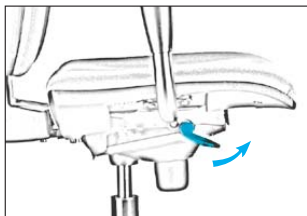
**Customer Service / Service Clientèle: +34 945 263 700  
[com.exterior@ofita.com](mailto:com.exterior@ofita.com)**



**Mecanismos**

***Mechanisms***

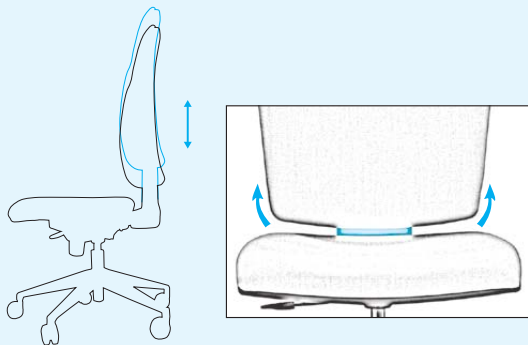
**Mécanismes**



**Regulación de la altura del asiento:** Tire hacia arriba de la palanca situada en la parte derecha de la parte inferior del asiento. Apóyese o retire su peso del asiento para regular la altura. El asiento se fijará a la altura que desee una vez que suelte la palanca.

**Adjusting the height of the seat:** Pull the lever placed on the lower right-hand side of the seat upwards. Take your weight off the seat in order to adjust its height. The seat will be set to the desired height when the lever is released.

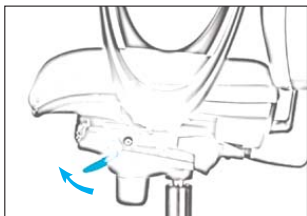
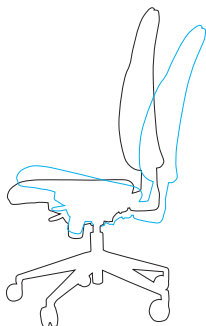
**Réglage de la hauteur du siège:** Tirez vers le haut le levier situé sur le côté droit de la partie inférieure du siège. Appuyez-vous ou retirez votre poids du siège pour régler la hauteur. Le siège sera fixé à la hauteur souhaitée une fois que vous aurez lâché le levier.



**Regulación de la altura del respaldo:** Se realiza cogiendo el respaldo por sus laterales con ambas manos y subiendo progresivamente el mismo, hasta que se perciba que su apoyo lumbar es el idóneo. Dispone de 6 posiciones de fijación. Para bajar o reajustar el respaldo es necesario subirlo hasta el final del recorrido y dejarlo caer.

**Adjusting the height of the backrest:** To do this, grip the sides of the backrest with both hands and raise this gradually until you feel that your lower back area has sufficient support. There are six preset positions. In order to lower or readjust the backrest, this must be raised to the top of its range of movement and allowed to fall.

**Réglage de la hauteur du dossier:** Prendre le dossier par les parties latérales avec les deux mains en le montant progressivement, jusqu'à ce que vous sentiez que l'appui lombaire est correct. Vous disposez de 6 positions de fixation. Pour baisser et réajuster le dossier, le faire monter jusqu'au point maximum du parcours et le laisser retomber.



### **Mecanismo Sincro. Inclinación del respaldo y del asiento:**

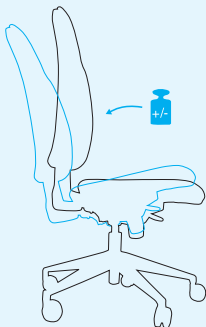
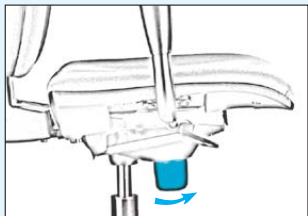
Este mecanismo proporciona un movimiento sincronizado entre respaldo y asiento. Si desea que el respaldo acompañe los movimientos de su espalda, coloque la palanca de la izquierda con la pestaña hacia arriba y proceda a realizar la regulación de tensión para adaptarlo a su peso. Si quiere fijar el respaldo en una posición determinada gire la palanca hacia abajo. La silla dispone de un mecanismo antirretorno, por lo que para liberar el respaldo fijado en una posición concreta deberá girar la palanca hacia arriba mientras apoya su espalda sobre el respaldo.

***Synchro mechanism. Backrest and seat inclination:*** *This mechanism provides synchronised movement between the backrest and seat. If you want the backrest to follow the movements of your back, placed the left-hand lever with the flange upwards and adjust the tension in order to adapt this to your weight. If you want to set the backrest in the specific position, turn the lever downwards.*

*The seat is fitted with a non-return mechanism and therefore to release the backrest, when it has been set in a specific position, you must turn the lever upwards while leaning back on the backrest.*

### **Mécanisme Synchro. Inclinaison du dossier et du siège:**

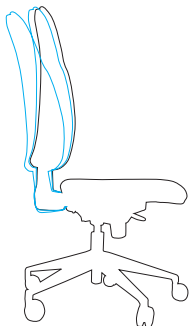
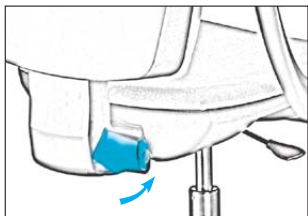
Ce mécanisme fournit un mouvement synchronisé entre le dossier et le siège. Si vous préférez que le dossier accompagne les mouvements de votre dos, placez l'onglet du levier de gauche vers le haut, et procédez au réglage de la tension pour l'adapter à votre poids. Si vous préférez fixer le dossier dans une position déterminée, faites tourner le levier vers le bas. La chaise est dotée d'un mécanisme anti-retour, grâce auquel pour libérer le dossier fixé dans une position concrète, vous devrez faire tourner le levier vers le haut en maintenant votre dos appuyé sur le dossier.



**Regulación de tensión del mecanismo sincro:** Se realiza girando el pomo bajo el asiento hasta conseguir la firmeza del asiento deseada, permite adaptar la resistencia que ofrece el respaldo al peso del usuario.

**Adjusting tension with the Synchro mechanism:** This is done by turning the knob under the seat until the required firmness is obtained. The resistance offered by the backrest can be adapted to the user's weight.

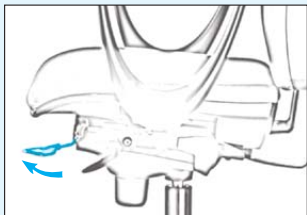
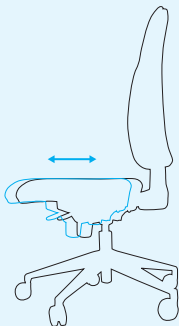
**Réglage de la tension du mécanisme synchro:** En faisant tourner le pommeau situé sous le siège jusqu'à atteindre la fermeté souhaitée pour le siège, permettant d'adapter la résistance du dossier au poids de l'utilisateur.



**Mecanismo de contacto permanente:** Este mecanismo posibilita el movimiento del respaldo. Si desea que el respaldo acompañe los movimientos de su espalda, apriete el pomo lateral que se encuentra bajo el respaldo girándolo con su mano derecha hasta que perciba un apoyo correcto. Si quiere fijar el respaldo en una posición determinada gire el pomo hasta conseguir el apriete máximo.

**Permanent contact mechanism:** This mechanism enables you to move the backrest. If you want the backrest to follow the movements of your back, tighten the side knob placed under the backrest, turning this with your right hand until you feel that you are getting the right amount of support. If you want to set the backrest in a specific position, turn the knob until it is completely tight.

**Mécanisme de contact permanent:** Ce mécanisme permet le mouvement du dossier. Si vous souhaitez que le dossier accompagne les mouvements de votre dos, appuyez sur le pommeau latéral situé sous le dossier en le faisant tourner à l'aide de la main droite jusqu'à ce que vous puissiez sentir un appui correct. Si vous souhaitez fixer le dossier dans une position déterminée, faites tourner le pommeau jusqu'à son point maximum.

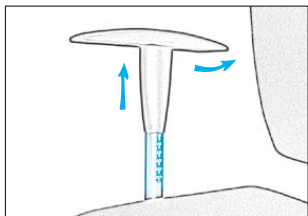
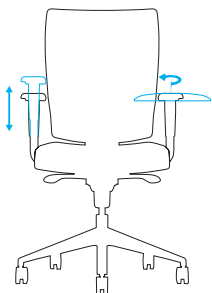


**Regulación de la profundidad del asiento:** (Opción). Para aumentar la profundidad presionar hacia arriba la palanca delantera Izda. y presionar con la espalda en el respaldo. Para reducir la profundidad presionar de igual forma la palanca e incorporarse ligeramente de la silla.

**Adjusting the depth of the seat:** (Option). In order to increase the depth of the seat, pressed the front left-hand lever upwards and lean back on the backrest. In order to reduce the depth, press the lever in the same way while leaning forward, removing your weight from the chair.

**Réglage de la profondeur du siège:** (Facultatif). Pour faire augmenter la profondeur, exercez une pression vers le haut sur le levier situé devant à gauche, et appuyez sur le dossier avec le dos. Pour réduire la profondeur, appuyez de la même manière sur le levier, et relevez-vous doucement.





**Ajuste de los apoyabrazos regulables:** *Altura:* Tirar hacia arriba del apoyabrazos con las dos manos a la vez hasta la altura deseada. La regulación tiene varias posiciones fijas que se perciben mediante un "clic". Una vez que se alcanza la última pestaña, el apoyabrazos cae hasta la posición más baja.

*Ángulo:* Girar a la derecha o izquierda según se desee.

(El anclaje de los brazos al asiento permite puntualmente que los brazos se puedan montar a diferentes anchuras, para ello es necesario el uso de un destornillador).

**Adjusting the adjustable armrests:** *Height:* Pull the armrests upwards with both hands to obtain the required height. There are several preset positions which can be heard with an audible "click". Once the last position has been reached, the backrest falls to its lowest position.

*Angle:* Turn to the right or left as required.

(The arms are fitted in such a way that they can be set at different widths. To do this, a screwdriver must be used).

**Ajustez les accoudoirs réglables:** *Hauteur:* Tirer l'accoudoir vers le haut à l'aide des deux mains jusqu'à obtenir la hauteur souhaitée. Le réglage comprend plusieurs positions fixes perçues moyennant un déclic. Une fois arrivé au dernier niveau, l'accoudoir retombe à la position la plus basse.

*Angle:* Faire tourner vers la droite ou la gauche selon votre choix.

(La fixation des accoudoirs au siège permet de les monter ponctuellement à différentes largeurs, il sera nécessaire pour cela d'utiliser un tournevis).

**Garantía:** Su nueva silla SAVIA ha sido diseñada teniendo en cuenta los estudios más recientes en los campos de la psicología industrial y la ergonomía, y además refleja los más modernos desarrollos técnicos. Estrictos controles de calidad y un meticuloso cuidado durante el proceso de fabricación aseguran una completa fiabilidad y permiten a Ofita ofrecer esta garantía. Esta garantía no cubre los posibles daños por impacto o el rasgado en los materiales de tapizado cuando esos daños se deban a una incorrecta manipulación, ni tampoco incluye el desgaste normal de las ruedas, materiales y componentes neumáticos.

**Atención:** La manipulación del interior de mecanismo o piezas móviles ha de ser realizada por personal técnico autorizado. En caso contrario la garantía se invalidaría.

**Guarantee:** *Your new SAVIA chair has been designed in accordance with the most recent research in the field of industrial psychology and ergonomics and is the result of the latest technological developments. The strict quality controls and meticulous care that were taken during the manufacturing process ensures total reliability and enables Ofita to offer this guarantee. This guarantee does not cover any damage due to impact or the scratching of upholstery, when this damage is due to incorrect handling, nor does it include normal wear on casters, materials and pneumatic components.*

**Warning:** *Internal mechanisms and moving parts must be handled by authorised technical personnel, otherwise, this guarantee will be invalidated.*

**Garantie:** Votre nouvelle chaise SAVIA a été conçue selon les études les plus récentes dans les domaines de la psychologie industrielle et l'ergonomie, et constitue, par ailleurs, le miroir des développements techniques les plus modernes. De stricts contrôles de qualité et un soin méticuleux au cours du processus de fabrication assurent une fiabilité complète et permettent à Ofita de proposer cette garantie. Cette garantie ne couvre pas les éventuels dégâts du fait d'impacts ou de rayures sur les matériels de tapisserie lorsque ces dommages sont dus à une manipulation incorrecte, et n'inclut pas l'usure normale des roulettes, des matériels et composants pneumatiques.

**Attention:** L'intérieur du mécanisme ou des pièces amovibles doit être manipulé par du personnel technique autorisé. Dans le cas contraire, la garantie ne sera pas valable.

**Limpieza y mantenimiento:** No intente manipular el interior de los mecanismos de partes móviles de la silla. Para limpiar tejidos utilice espuma seca, nunca utilice cepillos duros para frotar la tapicería.

Por su seguridad le rogamos que no utilice esta silla de modo inapropiado.

Ponerse en pie sobre ella resulta altamente peligroso.

**Maintenance and cleaning:** Do not attempt to manipulate the inside of the mechanisms of chair mobile parts. To clean fabrics use dry foams, never use hard brushes to rub the upholstery.

For your safety we request that you do not use this chair in an inappropriate manner.

Standing on it can be very dangerous.

**Entretien et nettoyage:** Ne pas essayer de manipuler l'intérieur des mécanismes des parties mobiles du fauteuil. Pour le nettoyage des tapisseries, utiliser une mousse sèche; ne jamais utiliser des brosses dures.

Pour des raisons de sécurité, ne pas utiliser le fauteuil pour d'autres usages.

Il est notamment dangereux de se tenir debout sur le fauteuil.

WELL - BEING  
BIEN - ÊTRE

**SAVIA**  
BIENESTAR

## **Sentarse bien, Sentirse bien**

El estar sentados en un mismo lugar durante toda la jornada laboral puede provocar diferentes molestias y enfermedades. La mayoría de las dolencias relacionadas con la oficina tienen su origen en una mala elección de la silla sobre la que las personas permanecen sentadas más de ocho horas diarias.

Para evitar futuras lesiones,  
**Ofita le recomienda:**

- Utilice sillas ergonómicas, que se adapten a su complexión física.
- No utilice su silla en la posición que se la entreguen. Aprenda a ajustar la altura del asiento, su inclinación... y cuantas regulaciones admitan su silla y mesa de trabajo.
- Para paliar los efectos nocivos del excesivo sedentarismo, cambie de postura frecuentemente y levántese de vez en cuando para relajarse.
- Para evitar dolores de espalda, es muy recomendable realizar cada 45 minutos microdescansos de 2 minutos, ejecutando estiramientos de brazos, piernas y columna.
- Mientras esté sentado, apoye sus brazos en los reposabrazos o en los muslos, manteniendo su espalda recta y apoyando su columna en el respaldo.
- Los pies deben estar totalmente apoyados en el suelo (no cruce las piernas), y las rodillas deben formar un ángulo recto con los muslos.

## **Sit well, Feel good**

*Remaining seated in the same place throughout the working day can cause discomfort and lead to illness. Most office-related ailments are brought about by the inappropriate selection of chairs on which personnel remain seated more than eight hours a day.*

*In order to avoid future injuries,*

***Ofita recommends you to:***

- *Use ergonomic chairs that adapt to your physical constitution.*
- *Do not use your chair in the position in which it is delivered. Learn to adjust the height of the seat, its inclination, etc, and any other adjustments built into your chair and desk.*
- *In order to reduce the harmful effects of an excessively sedentary lifestyle, change your posture frequently and stand up from time to time in order to relax.*
- *In order to avoid backache, it is recommendable to take 2-minute rests every 45 minutes, and do stretching exercises to arms, legs and back.*
- *While seated, rest your arms on the armrests or on your thighs, keeping your back straight and resting your back against the backrest.*
- *Your feet must rest totally on the floor (do not cross your legs), and your knees must form a 90° angle.*

## **S'asseoir bien, Se sentir bien**

Rester assis au même endroit pendant toute une journée de travail peut causer des gênes et provoquer des maladies. La plupart des indispositions liées au travail de bureau proviennent d'une mauvaise décision dans le choix de la chaise sur laquelle la personne reste assise pendant plus de huit heures par jour.

Pour éviter de futures lésions,  
**Ofita conseille:**

- Utilisez des chaises ergonomiques, qui s'adaptent à votre complexité physique.
- Ne laissez pas la chaise dans la position dans laquelle elle se trouve à la livraison. Apprenez à régler la hauteur du siège, son inclinaison... et à manipuler tous les réglages dont votre chaise et votre bureau sont pourvus.
- Pour palier les effets nocifs d'un sédentarisme excessif, changez fréquemment de position et levez-vous de temps en temps pour vous relaxer.
- Pour éviter des douleurs de dos, il est conseillé de procéder toutes les 45 minutes à des micro-repos de 2 minutes, en exécutant des étirements de bras, de jambes et de colonne vertébrale.
- Pendant que vous êtes assis, laissez reposer vos bras sur les accoudoirs ou sur les cuisses, en maintenant votre dos droit et en appuyant votre colonne vertébrale sur le dossier.
- Les pieds doivent être totalement à plat au sol (ne croisez pas les jambes), et les genoux doivent former un angle droit par rapport aux cuisses.

WELL - BEING  
BIEN - ÊTRE

**SAVIA**  
BIENESTAR

***ofita***

**Instrucciones para el uso y  
Garantía**

***Operating instructions and  
Guarantee***

**Instructions d'emploi et  
de Garantie**

**Servicio de Atención al Cliente  
902 11 46 12**

**[www.ofita.com](http://www.ofita.com)  
[marketing@ofita.com](mailto:marketing@ofita.com)**

**Customer Service / Service Clientèle: +34 945 263 700  
[com.exterior@ofita.com](mailto:com.exterior@ofita.com)**