

Die aktuellste Anleitung für die Montage durch den Benutzer finden Sie hier: [www.ergotron.com](http://www.ergotron.com)



User's Guide - English  
 Guía del usuario - Español  
 Manuel de l'utilisateur - Français  
 Gebruikersgids - Deutsch  
 Benutzerhandbuch - Nederlands  
 Guida per l'utente - Italiano  
 Användarhandbok - svenska  
 ユーザーガイド：日本語  
 用户指南：汉语

 Includes  
 Constant Force™  
 Technology

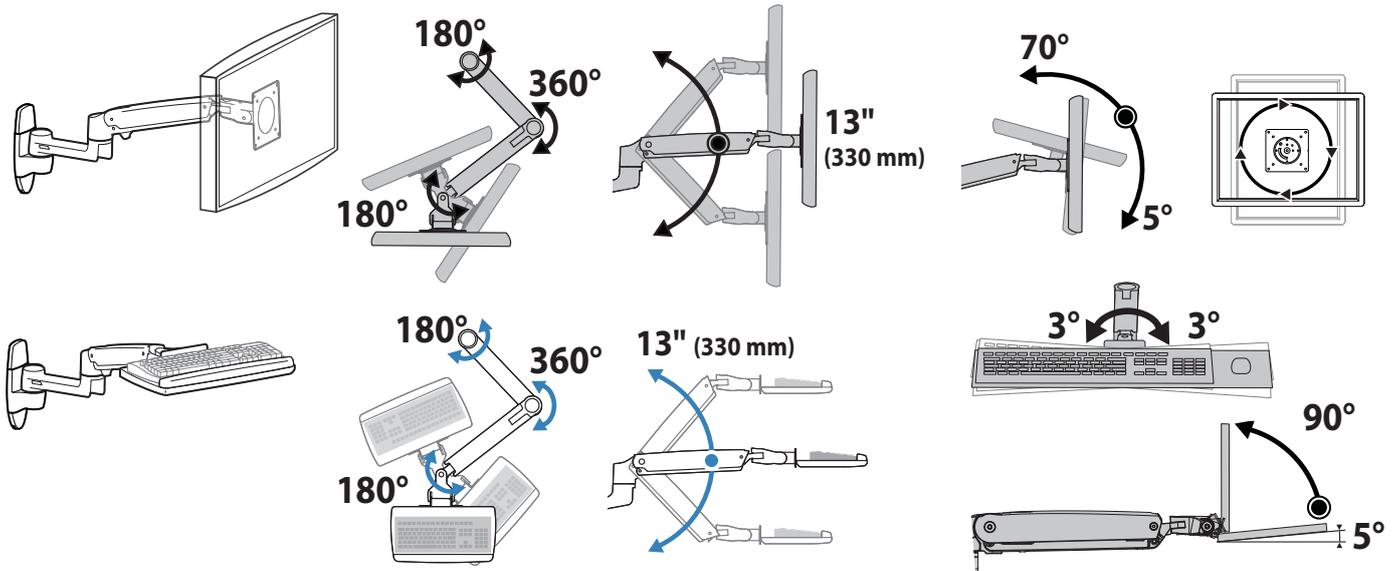
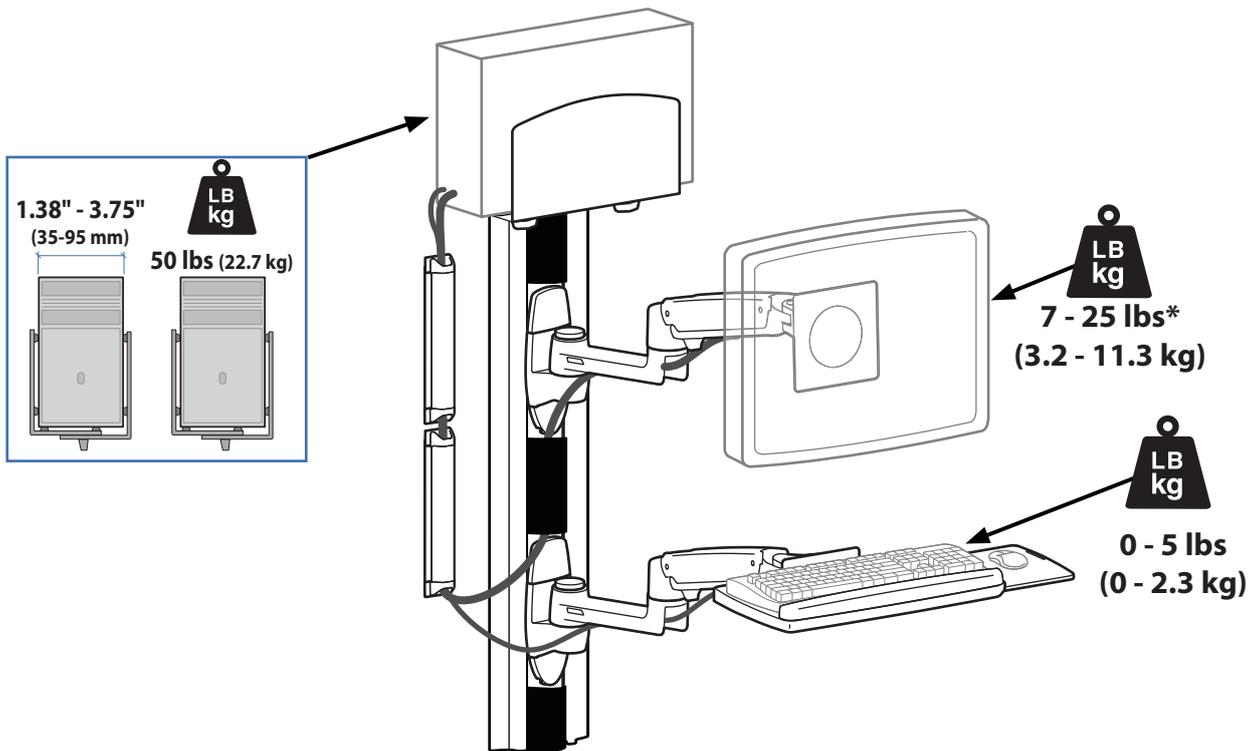


[www.ergotron.com](http://www.ergotron.com)

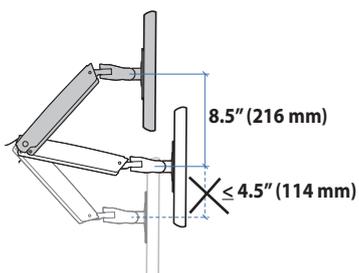
USA 1-800-888-8458

Europe +31 (0)33-45 45 600

China 400-120-3051



\* Der unterste Bewegungsbereich für die vertikale Höhe wird um 76mm (3") verringert, wenn der Arm auf eine Tragkraft über 9kg (20lbs) eingestellt wird.



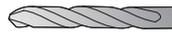
# Komponenten



	A	B	C	D
1	2x	1x	1x	14x
2	2x	2x	2x	14x 1/4-20 x 2"
3	2x	1x	1x	7x
4	3x	4x M4 x 8mm	9x 1/4-20 x 1/2"	7x
5	1x	2x	8x 10-24 x 1/2"	1x
6	1x	2x	2x M10 x 16mm	1x 2.5mm
7			4x M4 x 10mm	1x 1/8"
8	1x	4x	4x M4 x 10mm	1x 6mm
9	2x	4x M4.2 x 25mm	4x M4 x 10mm	1x 4mm
			2x	1x M3 x 6mm
10	1x	1x	1x	2x M4 x 14mm

DEUTSCH

# Benötigtes Werkzeug



Ø 1/2" (12.7 mm)  
Hollow Wall  
Pared  
Mur  
Wand  
Muur  
Parete  
壁  
墙壁

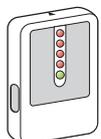


Solide Holzbalkenträger  
Massief Houten Pilaren  
Due montanti in legno massiccio

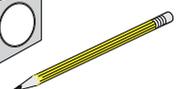
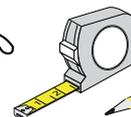
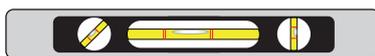


Ø 3/16" (5 mm)

Wood Studs ≥ 25 gauge steel  
Madera Pernos de acero de calibre ≥ 25  
Bois Goujons ≥ calibre 25 en acier  
Bolzen ≥ Blechlehre Nr. 25  
Verbindingsbouten ≥ 25 gauge staal  
Prigionieri in acciaio spessore ≥ gauge 25 (0,556 mm)  
Reglar ≥ 25-gauge stål  
木 25ゲージのスチールよりも強力なスタッド  
木質 板墙筋为不小于 25 标号的钢材



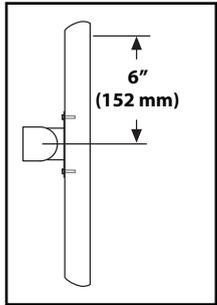
Auswahl von Montagmaterial



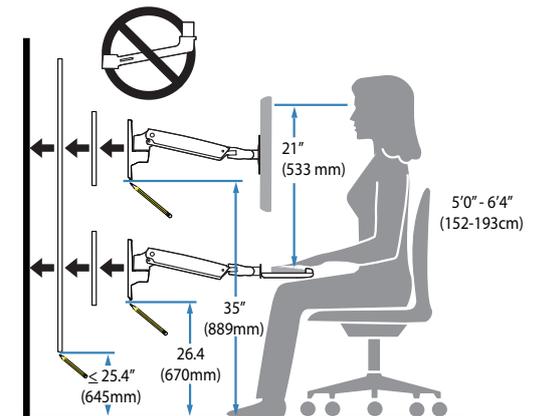
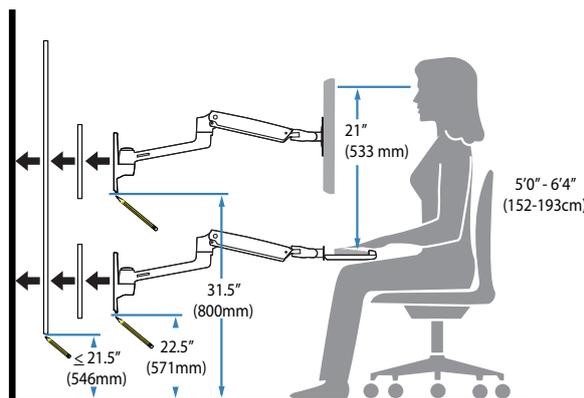
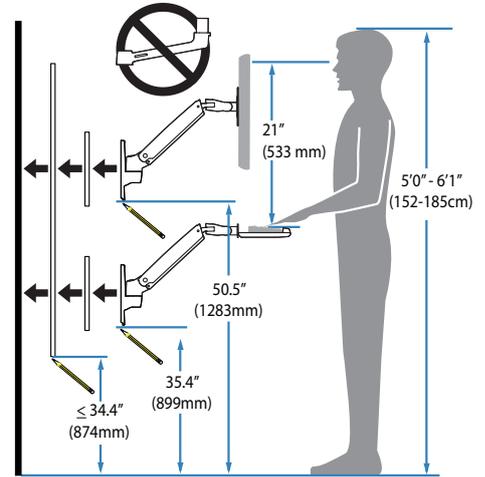
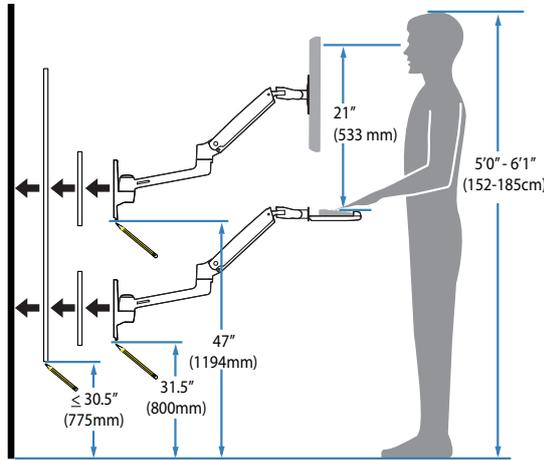
# 1 Montagehöhe für ergonomischen Arbeitsplatz

Diese Montagehöhe wird für einen ergonomischen Arbeitsplatz empfohlen, der für Benutzer mit einer Körpergröße zwischen 152 und 185 cm (5'0"-6'1") (bei einer Einrichtung fürs Arbeiten im Stehen) und zwischen 152 und 203 cm (5'0"-6'4") (bei einer Einrichtung fürs Arbeiten im Sitzen) geeignet ist.

Wenn die Körpergröße des Benutzers nicht in diesem Bereich liegt, sollten Sie die Montagehöhe an die Körpergröße des Benutzers anpassen. (Verändern Sie die Montagehöhe um jeweils 2,5 cm pro 2,5 cm Unterschied bei der Körpergröße.)

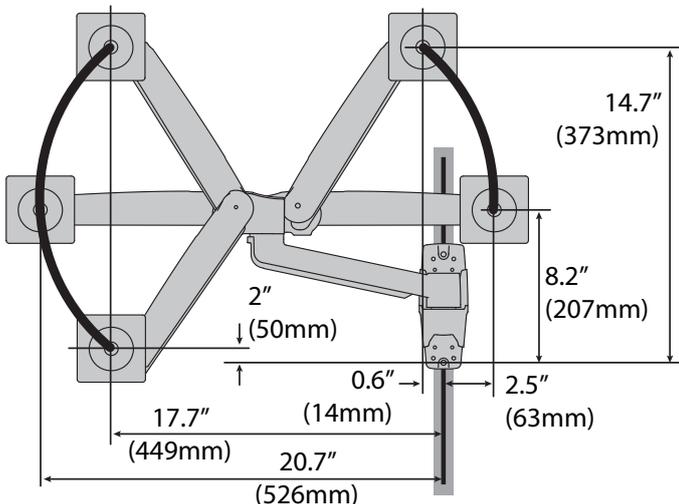


Bei der Bestimmung der Montagehöhe wird von einem Abstand von 152 mm (6") zwischen der Mitte der Monitormontagelöcher und der Oberkante des Bildschirms ausgegangen. Wenn der tatsächliche Abstand kleiner ist, sollten Sie die Montagehöhe entsprechend vergrößern; wenn er größer ist, sollten Sie ihn entsprechend verringern.

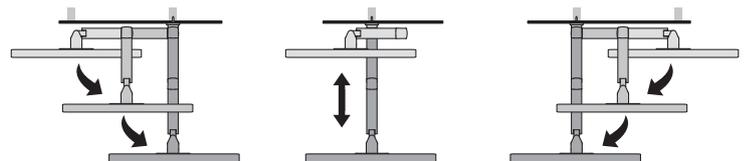


## Montageposition bestimmen:

Blick von vorne mit gegen die Wand gedrücktem Arm



Blick von oben – zeigt Bewegungsbereich nach Herausziehen aus der Wand

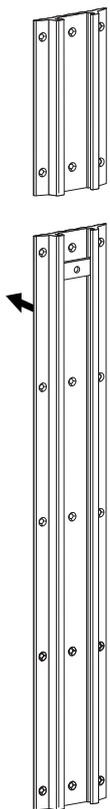




**Achtung:** Stellen Sie sicher, daß die Wand an der Sie das Display montieren wollen mindestens das vierfache Gewicht der zu befestigenden Geräte tragen kann. Eine Befestigung an Oberflächen, die nicht in der Lage ist, dieses Kriterium zu erfüllen, könnte zu einem instabilen und/oder unsicheren Zustand führen, welcher Personen- oder Sachschaden zur Folge haben könnte.



**VORSICHT:** Bitte versichern sie sich, dass die Wandhalterung gerade befestigt ist und dabei dicht an der Wand anliegt. **DIE SCHRAUBEN NICHT ZU STRAFF ANZIEHEN.**



**Wood**  
Madera  
Bois  
Solide Holzbalkenträger  
Massief Houten Pilaren  
Due montanti in legno massiccio  
木  
木質  
나무

**Studs ≥ 25 gauge steel**  
**Pernos de acero de calibre ≥ 25**  
**Goujons ≥ calibre 25 en acier**  
**Bolzen ≥ Blechlehre Nr. 25**  
**Verbindingsbouten ≥ 25 gauge staal**  
**Prigionieri in acciaio spessore ≥ gauge 25 (0,556 mm)**  
**Reglar ≥ 25-gauge stål**  
25ゲージのスチールよりも強力なスタッド  
板墙筋为不小于 25 标号的钢材

**6**

**Hollow Wall**  
Pared  
Mur  
Wand  
Muur  
Parete  
壁  
墙壁

≥ 5/8"

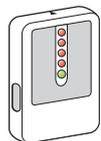
**Sheetrock**  
**Sheetrock**  
**Plaque de plâtre**  
**Rigipsplatte**  
**Sheetrock**  
**Cartongesso**  
**Gipsskiva**  
シートロック  
石膏板

**7**

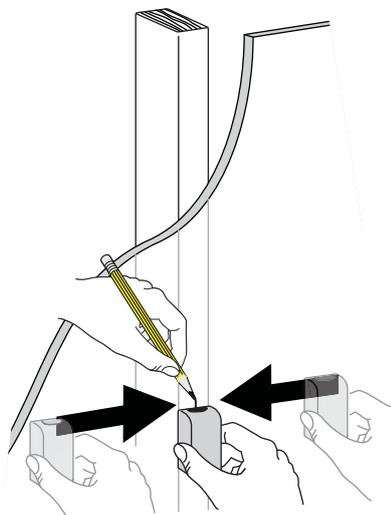
**!** Requires minimum material thickness of 5/8" (16 mm).  
Requiere un grosor mínimo de 16 mm.  
Épaisseur minimum de 16 mm.  
Requer uma espessura mínima de 5/8" (16 mm).  
Mit einer Materialdicke von mindestens 16 mm.  
Vereist een minimale materiaaldikte van 1.6 cm.  
Richiede uno spessore del materiale non inferiore a 16 mm.  
厚さが最低 5/8" (16 mm) の資材が必要。  
需要最低材料厚度为 5/8" (16 mm)。

Wood	Studs ≥ 25 gauge steel
Madera	Pernos de acero de calibre ≥ 25
Bois	Goujons ≥ calibre 25 en acier
Solide Holzbalkenträger	Bolzen ≥ Blechlehre Nr. 25
Massief Houten Pilaren	Verbindingsbouten ≥ 25 gauge staal
Due montanti in legno massiccio	Prigionieri in acciaio spessore ≥ gauge 25 (0,556 mm)
木	Reglar ≥ 25-gauge stål
木质	25ゲージのスチールよりも強力なスタッド
나무	板墙筋为不小于 25 标号的钢材

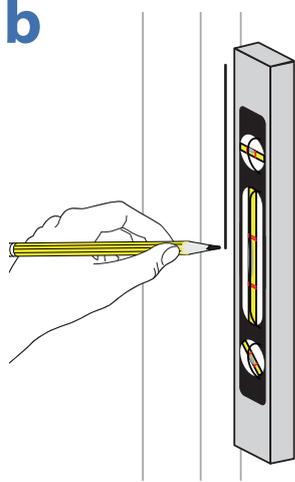
**a**



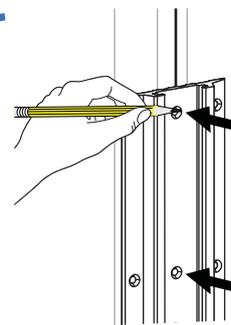
Auswahl von Montagmaterial



**b**



**c**

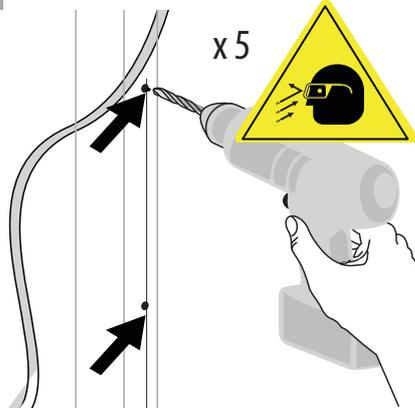


**d**

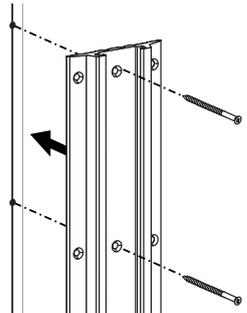
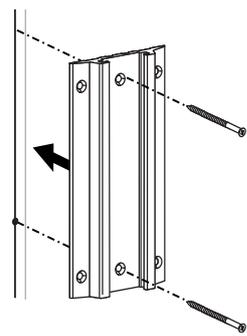
Ø 3/16" (5 mm)



x5



**e**

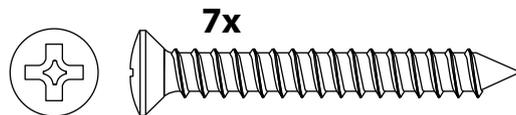


**f**

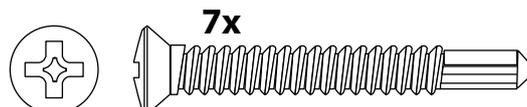
**3**



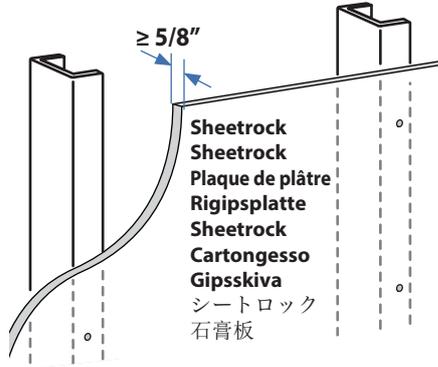
### Befestigung an Holzständern



Studs ≥ 25 gauge steel  
 Pernos de acero de calibre ≥ 25  
 Goujons ≥ calibre 25 en acier  
 Bolzen ≥ Blechlehre Nr. 25  
 Verbindingsbouten ≥ 25 gauge staal  
 Prigionieri in acciaio spessore ≥ gauge 25 (0,556 mm)  
 Reglar ≥ 25-gauge stål  
 25ゲージのスチールよりも強力なスタッド  
 板墙筋为不小于 25 标号的钢材

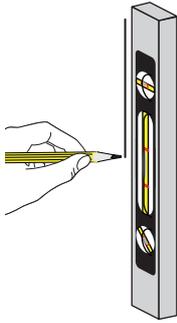


Hollow Wall  
 Pared  
 Mur  
 Wand  
 Muur  
 Parete  
 壁  
 墙壁

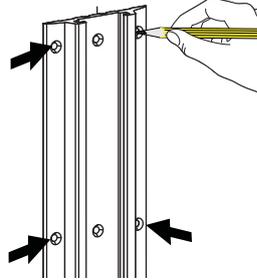


Requires minimum material thickness of 5/8" (16 mm).  
 Requiere un grosor mínimo de 16 mm.  
 Epaisseur minimum de 16 mm.  
 Requer uma espessura mínima de 5/8" (16 mm).  
 Mit einer Materialdicke von mindestens 16 mm.  
 Vereist een minimale materiaaldikte van 1.6 cm.  
 Richiede uno spessore del materiale non inferiore a 16 mm.  
 厚さが最低 5/8" (16 mm) の資材が必要。  
 需要最低材料厚度为 5/8" (16 mm).

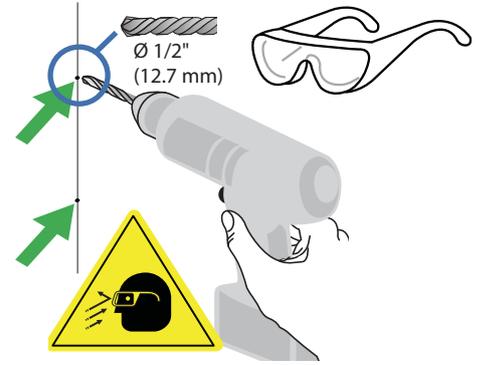
a



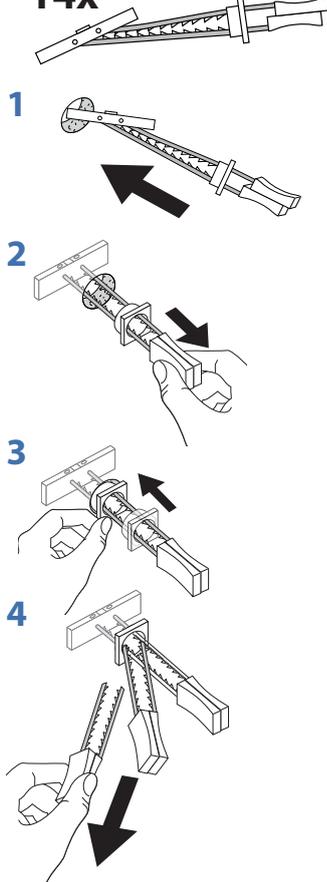
b



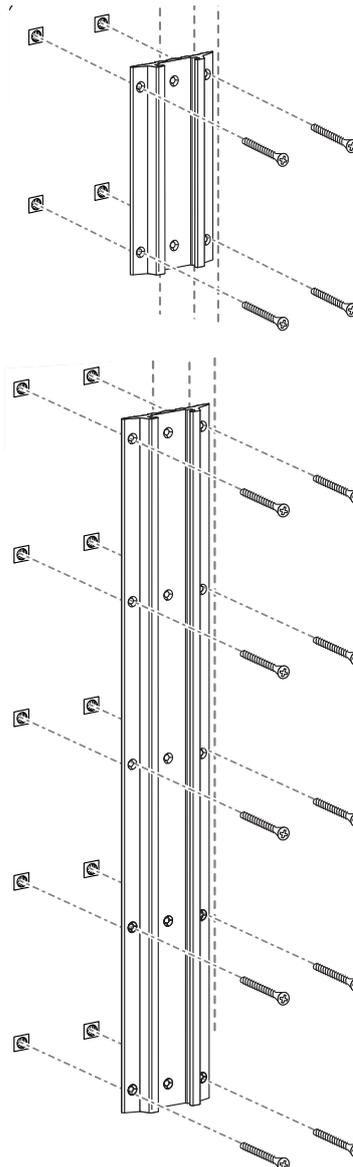
c



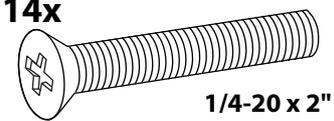
d 14x



e



14x



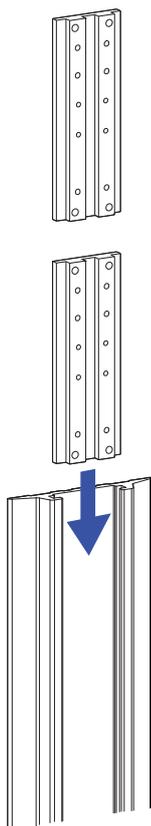
f



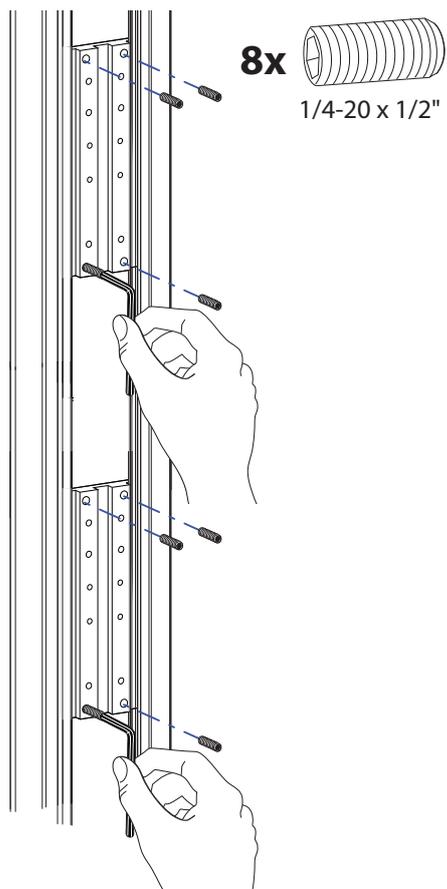
DEUTSCH

# 3

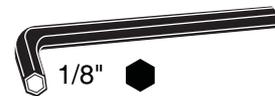
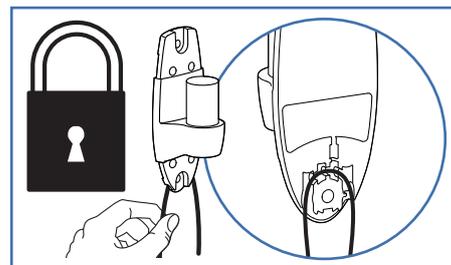
a



b



c

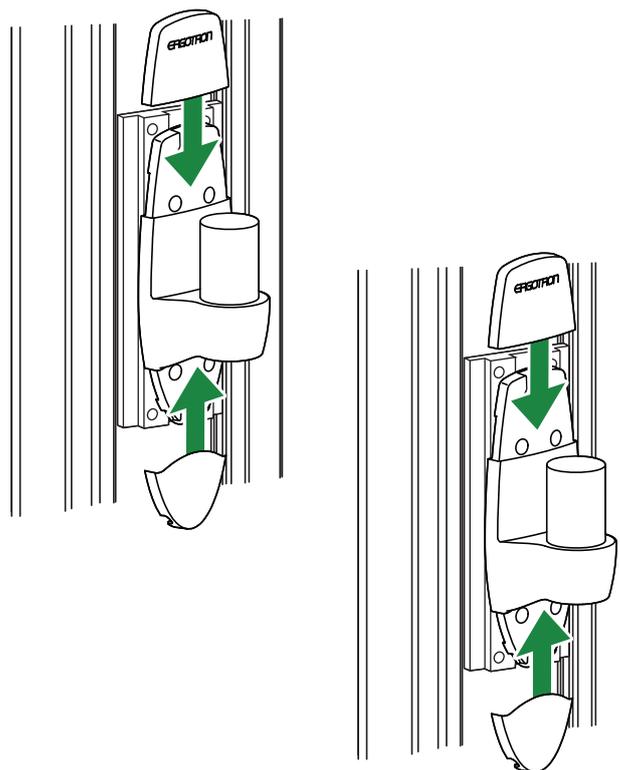


DEUTSCH

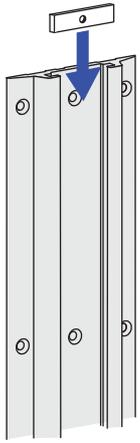


**HINWEIS:** Die Befestigungsschrauben können sich durch Vibrationen bei der Bewegung der Befestigungslösung im Lauf der Zeit lockern. Überprüfen Sie die Befestigungslösung regelmäßig auf gelockerte Befestigungsschrauben. Sie können die Befestigungsschrauben mit einem Gewindekleber für geringe Belastungen fixieren, um ein Lockern zu vermeiden.

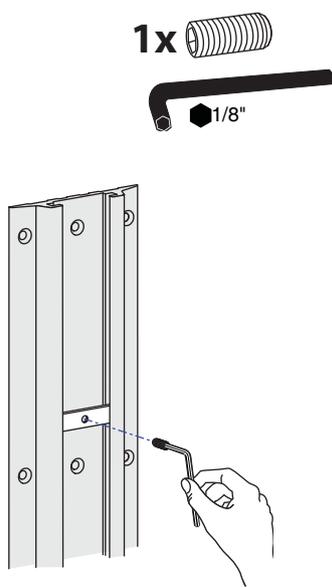
d



4 a



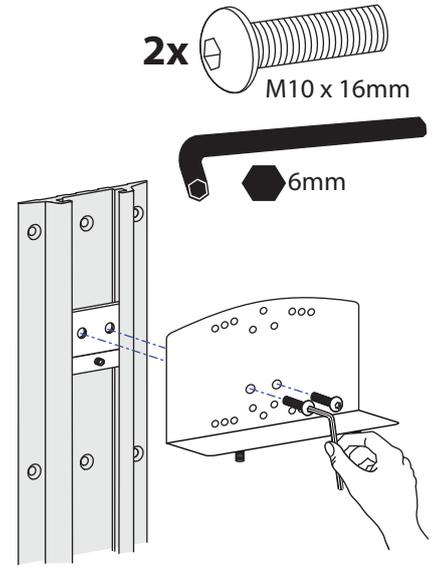
b



c

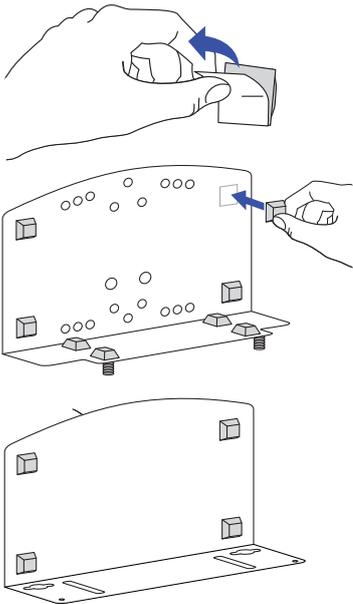


d



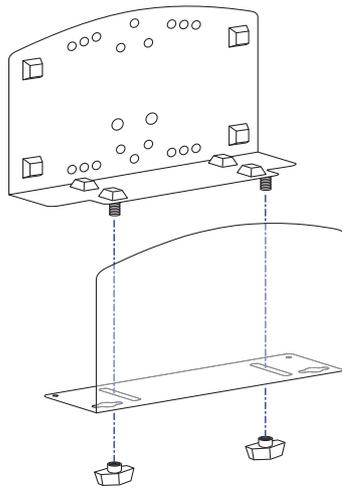
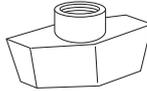
e

12x

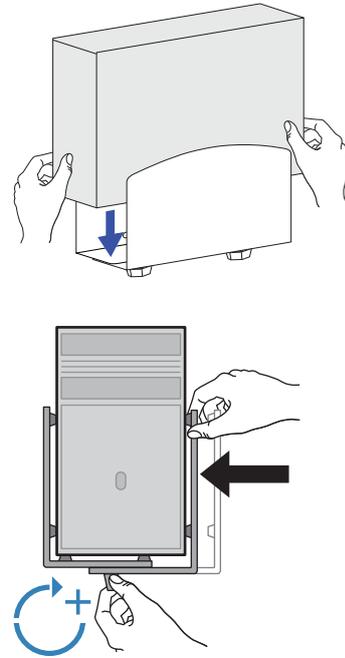


f

2x

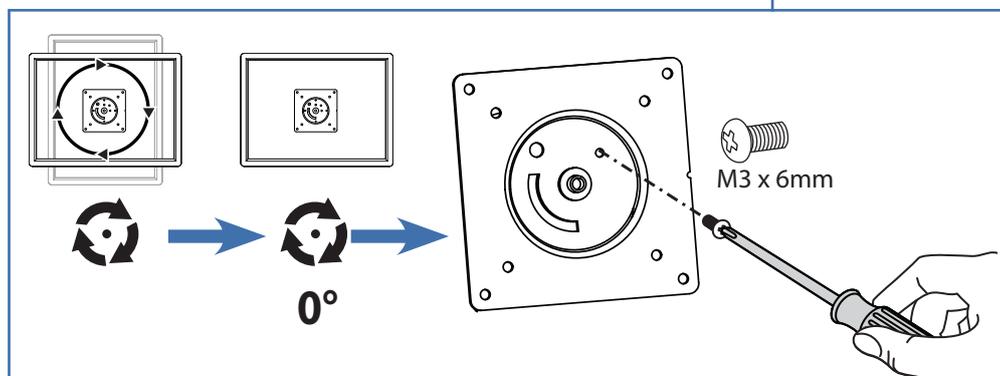
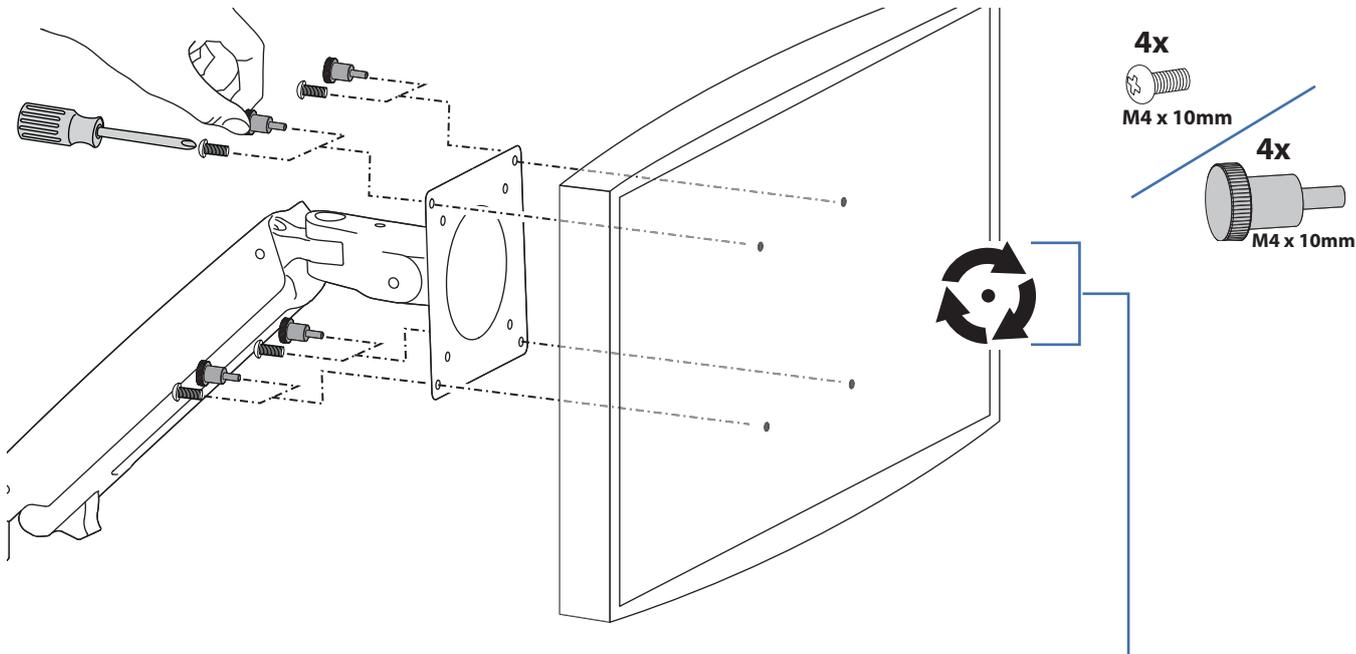


g

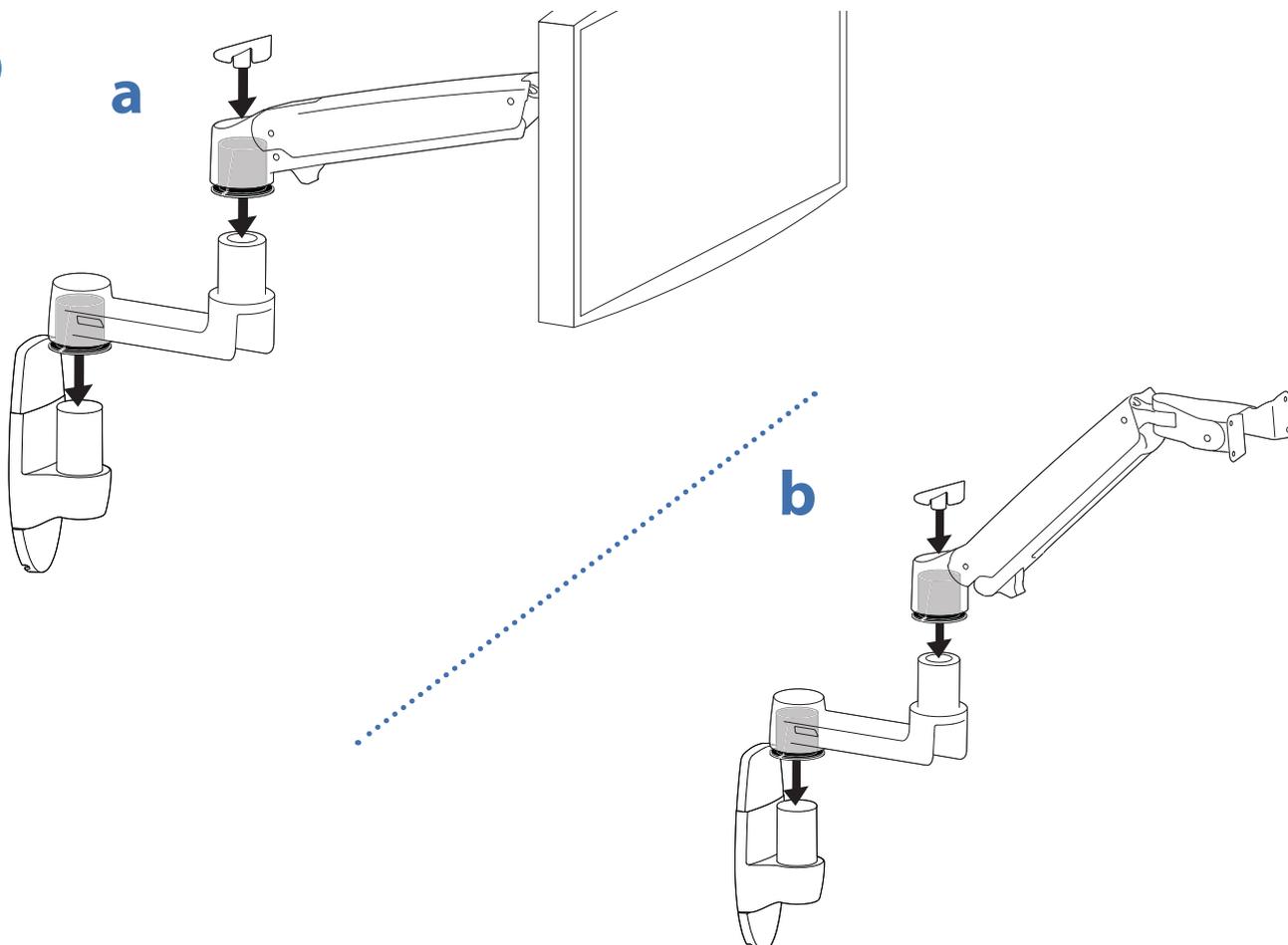


DEUTSCH

5

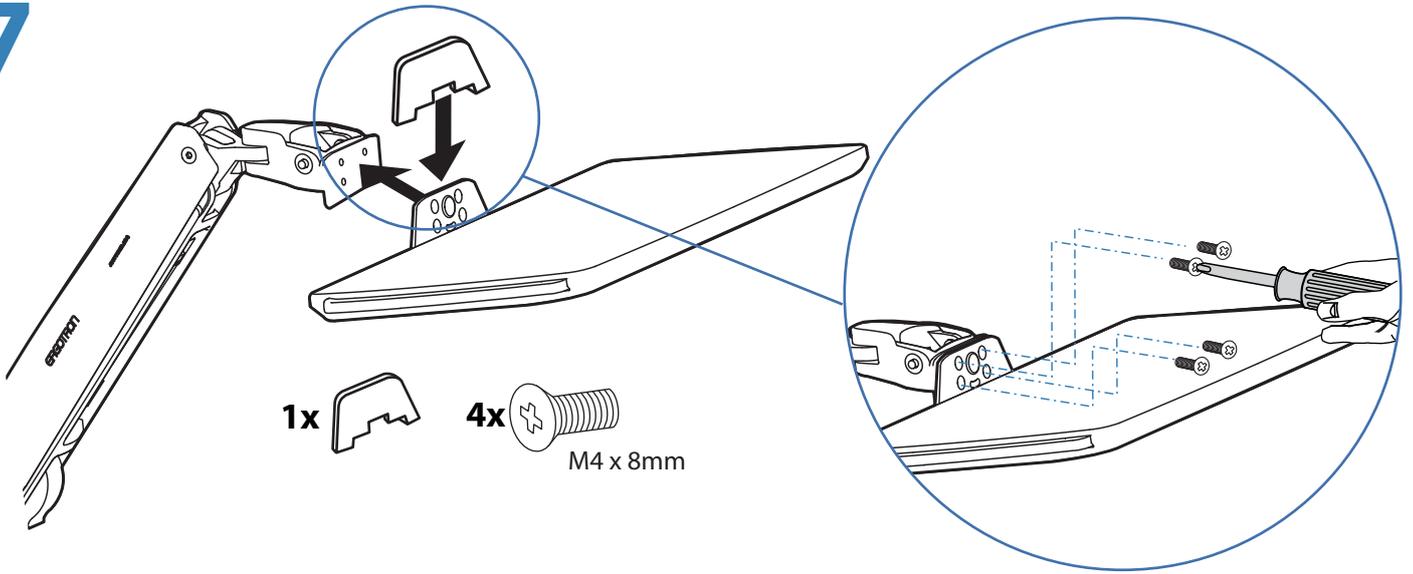


6

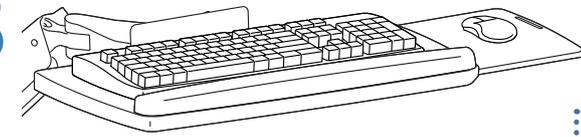


DEUTSCH

7



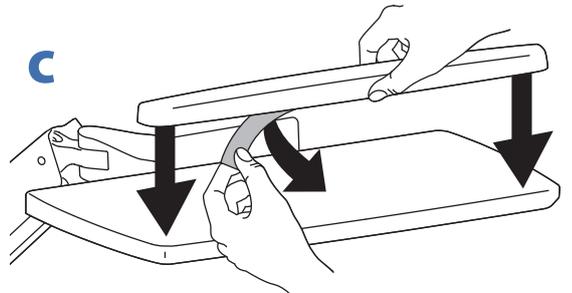
8



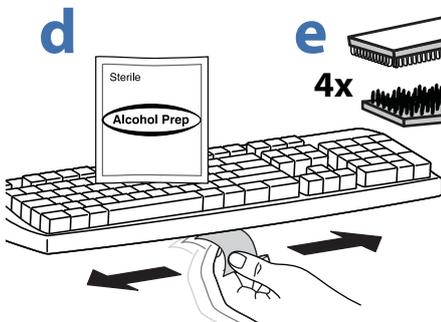
a



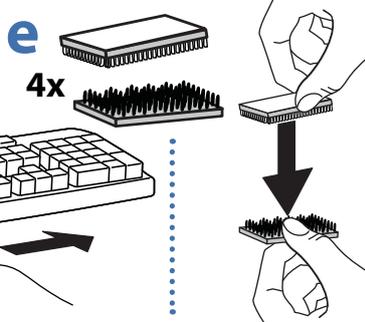
b



c



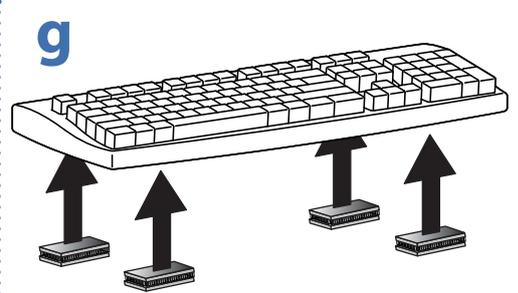
d



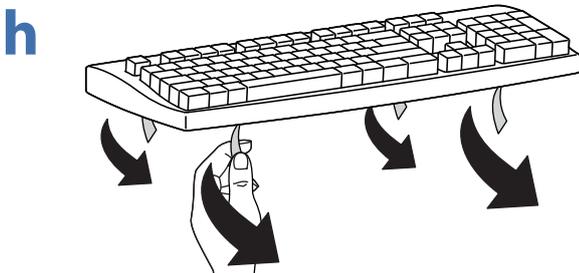
e  
4x



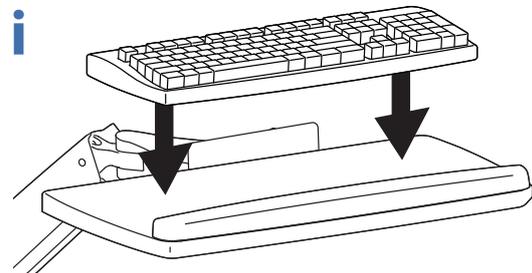
f



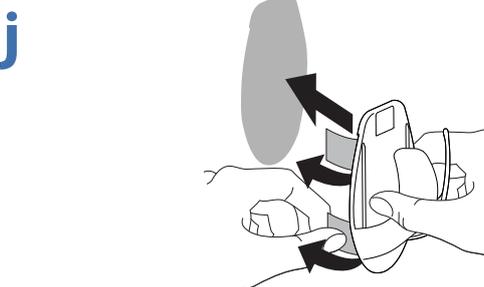
g



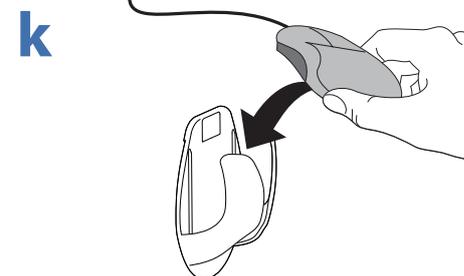
h



i



j



k

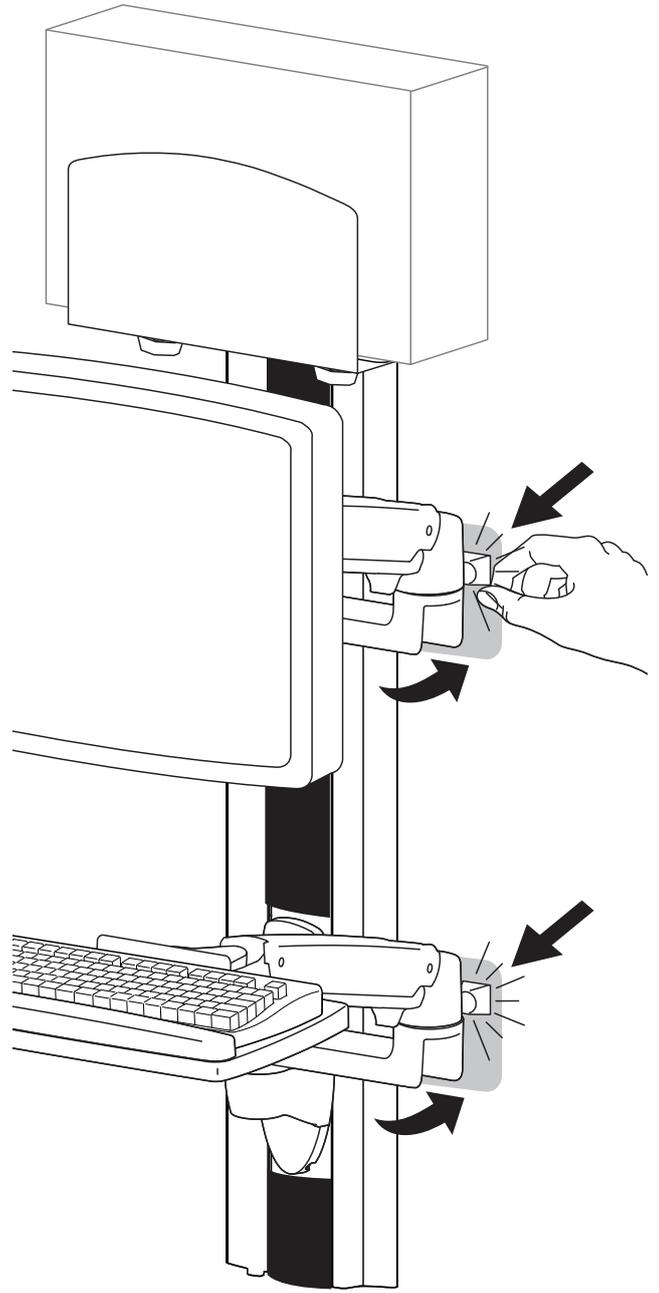
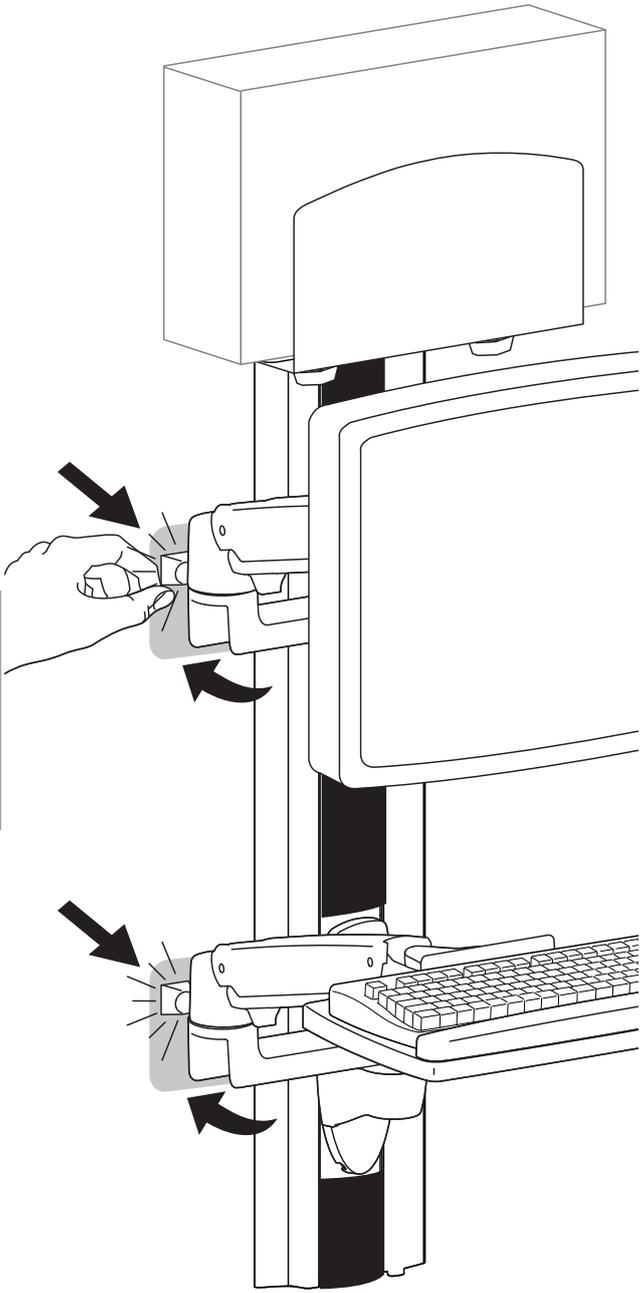
DEUTSCH

9

4x



DEUTSCH



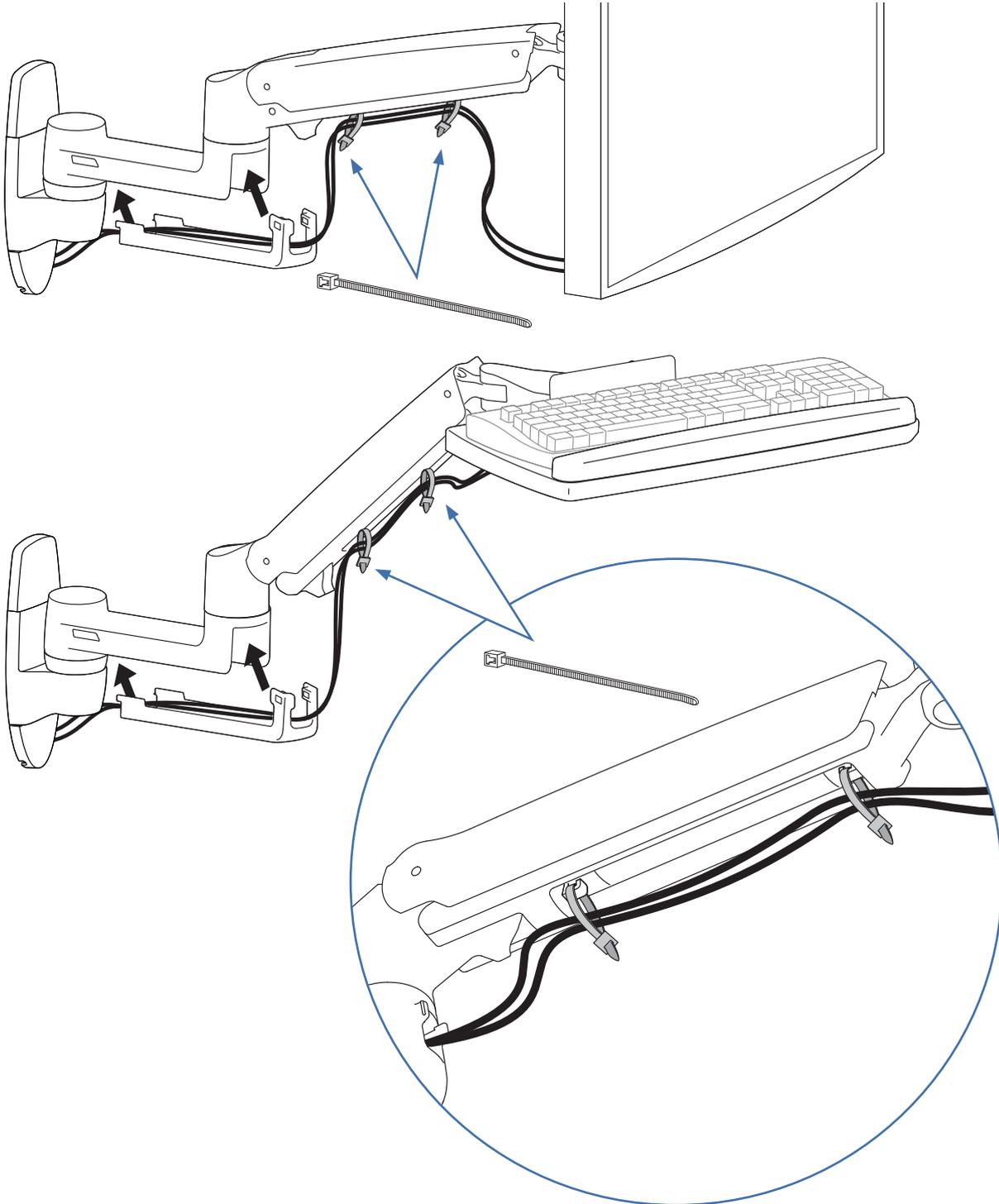
# 10



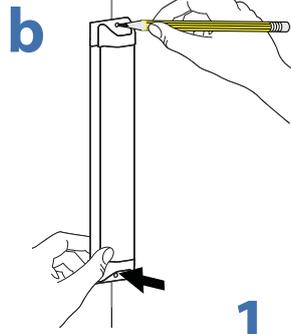
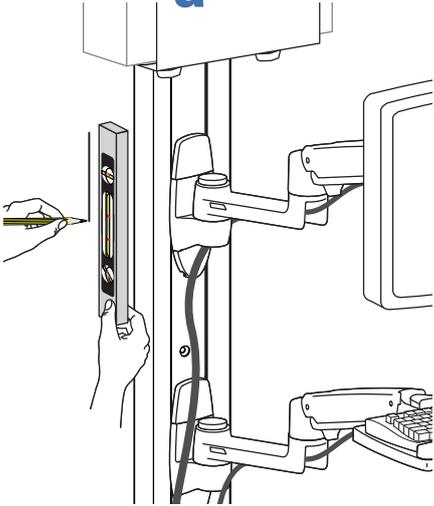
**HINWEIS:** Lassen Sie für das Kabel ausreichend Spielraum, um eine uneingeschränkte Bewegung zu gewährleisten.



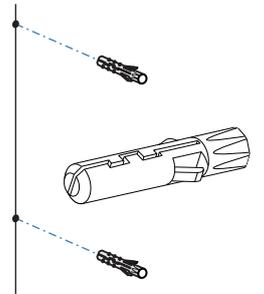
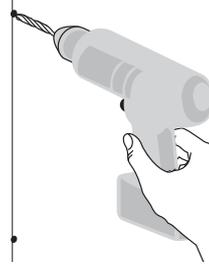
**Vorsicht:** Damit keine Kabel eingeklemmt werden können, müssen Sie die Anweisungen zur Kabelführung in diesem Handbuch einhalten. Ein Missachten dieser Anweisungen kann zu Geräteschäden oder Verletzungen führen.



# 11 a



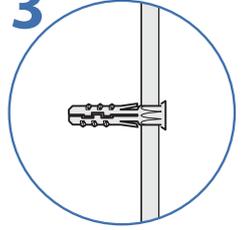
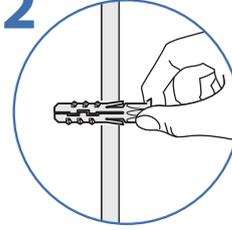
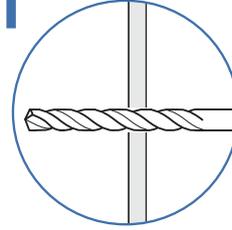
Ø 7/32" (5.6 mm)



1

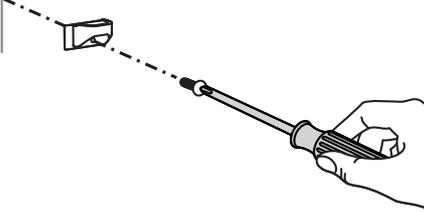
2

3



b

M4.2 x 25mm



c

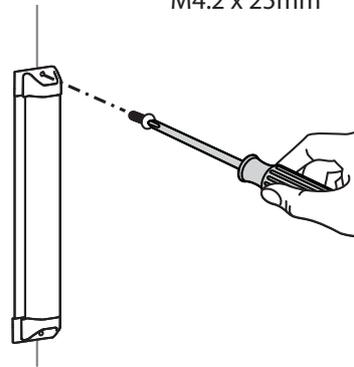


d

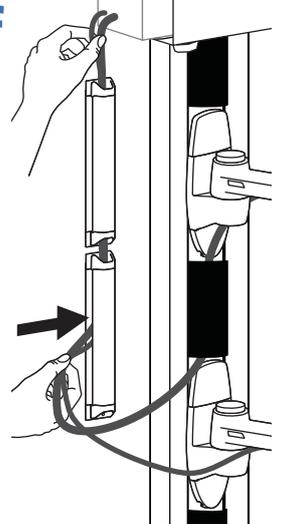


e

M4.2 x 25mm

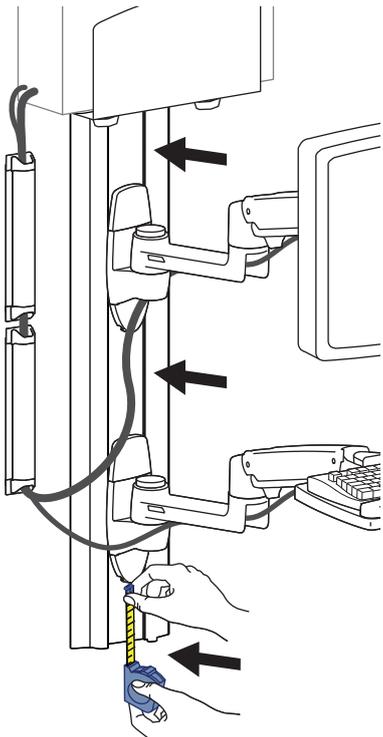


f

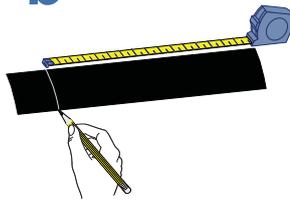


DEUTSCH

# 12 a



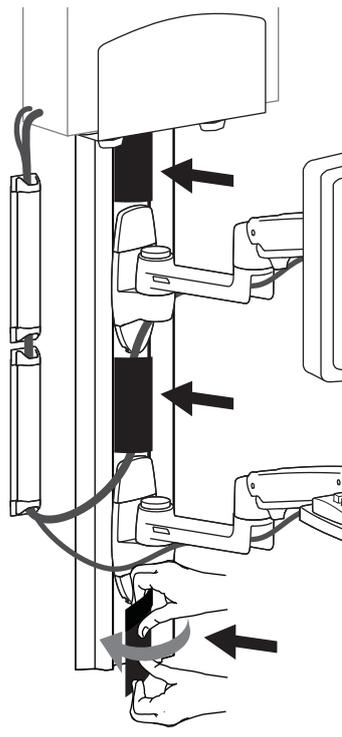
b



c



d



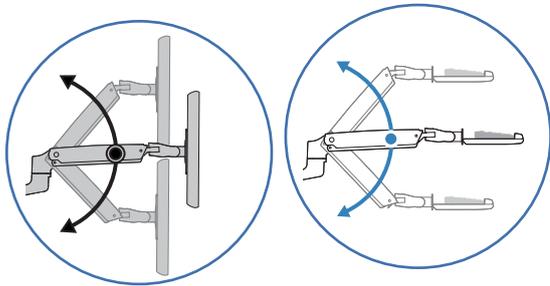
e



# 13 Einstellschritt

Wichtig! Sie müssen dieses Produkt nach dem Zusammenbau entsprechend einstellen. Achten Sie darauf, dass alle Ihre Geräte richtig auf dem Produkt installiert wurden, bevor Sie irgendwelche Einstellungen vorzunehmen versuchen. Dieses Produkt sollte sich in seinem gesamten Bewegungsbereich ruckfrei und ohne Schwierigkeiten bewegen lassen und an der Stelle bleiben, an der es abgestellt wird. Wenn die Bewegungen zu leicht oder nur mit großer Anstrengung durchgeführt werden können oder das Produkt nicht in der vorgesehenen Position bleibt, beachten Sie die Einstellanleitung, um ruckfreie und einfache Bewegungen zu ermöglichen. Je nach Ihrem Produkt und der jeweiligen Einstellung können zahlreiche Manipulationen erforderlich sein, bevor Sie einen Unterschied feststellen. Zur Sicherstellung einer sicheren und optimalen Produktfunktion sollten Sie diese Einstellschritte immer dann durchführen, wenn Geräte hinzugefügt oder entfernt werden, was eine Veränderung der Traglast zur Folge hat.

## a Höhenverstellung – rauf und runter



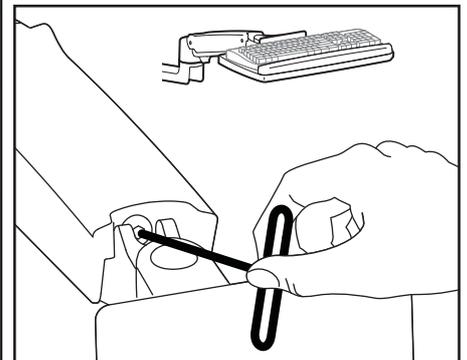
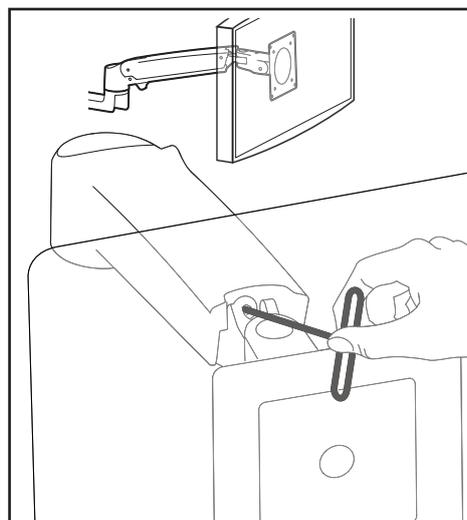
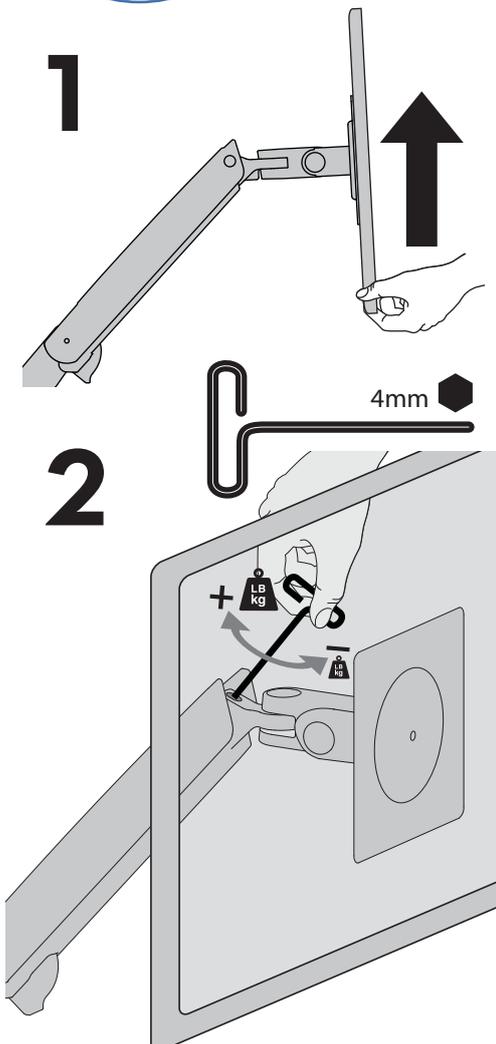
### Hubkraft erhöhen

Wenn die installierten Geräte zu schwer sind oder das angehobene Produkt nicht oben bleibt, muss die Hubkraft erhöht werden:



### Hubkraft senken

Wenn die installierten Geräte zu leicht sind oder das abgesenkte Produkt nicht unten bleibt, muss die Hubkraft reduziert werden:

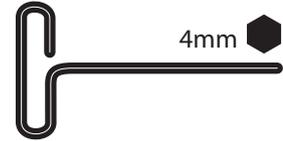
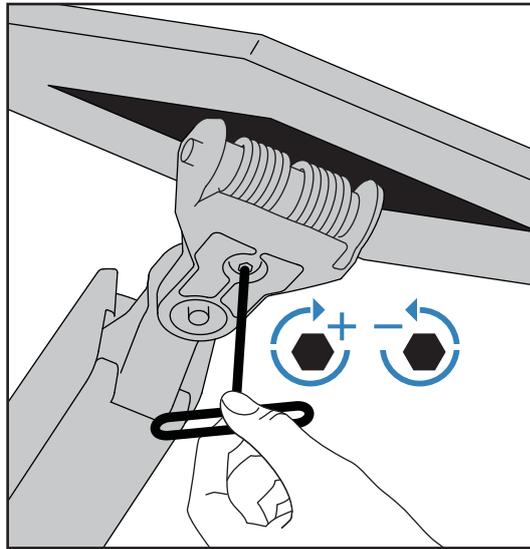
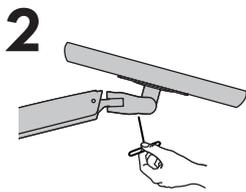
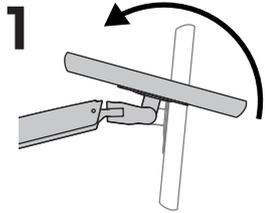
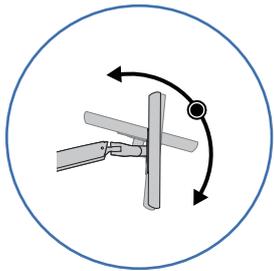


**WARNUNG:** Zu festes Anziehen der Schrauben kann zu Beschädigungen führen.



**WAARSCHUWING!** Rischio da energia immagazzinata: il meccanismo del braccio è sotto tensione e si muove rapidamente da sé non appena si toglie l'apparecchiatura a cui è collegato. Per questo motivo, **NON** rimuovere l'apparecchio a meno che il braccio non sia stata portata sulla posizione più alta. La mancata osservanza di questa precauzione può causare infortuni gravi e/o danni all'apparecchiatura.

**b** Neigung - vor und zurück



**+** **LB kg** Reibung erhöhen  
Wenn sich dieses Produkt zu leicht bewegen lässt, muss die Reibung erhöht werden:

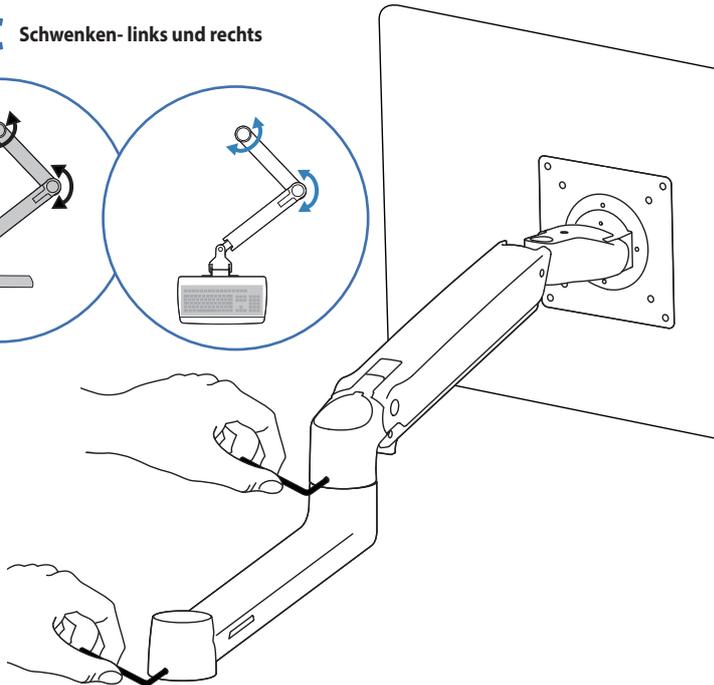
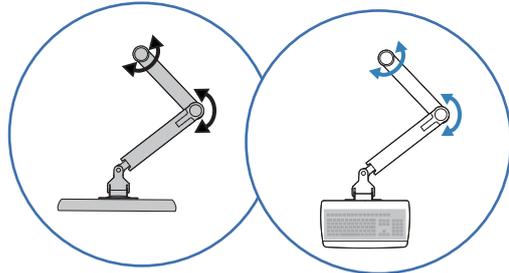
**-** **LB kg** Reibung senken  
Wenn sich dieses Produkt nur unter großem Kraftaufwand bewegen lässt, muss die Reibung reduziert werden:



**ACHTUNG:** Bitte entfernen Sie unter keinen Umständen die Stellschraube. Das Entfernen dieser Stellschraube führt zu Beschädigungen an Schwenkarm und Monitor.

DEUTSCH

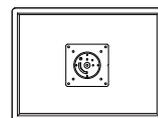
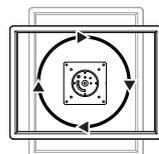
**c** Schwenken- links und rechts



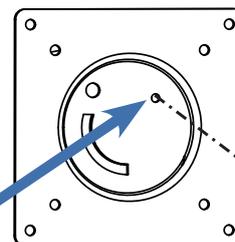
**+** **LB kg** Reibung erhöhen  
Wenn sich dieses Produkt zu leicht bewegen lässt, muss die Reibung erhöht werden:

**-** **LB kg** Reibung senken  
Wenn sich dieses Produkt nur unter großem Kraftaufwand bewegen lässt, muss die Reibung reduziert werden:

**d** Rotation - Portrait-/Landscapefunktion



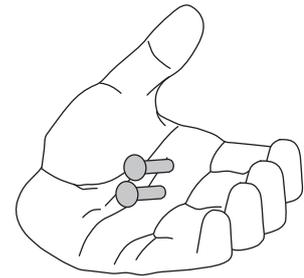
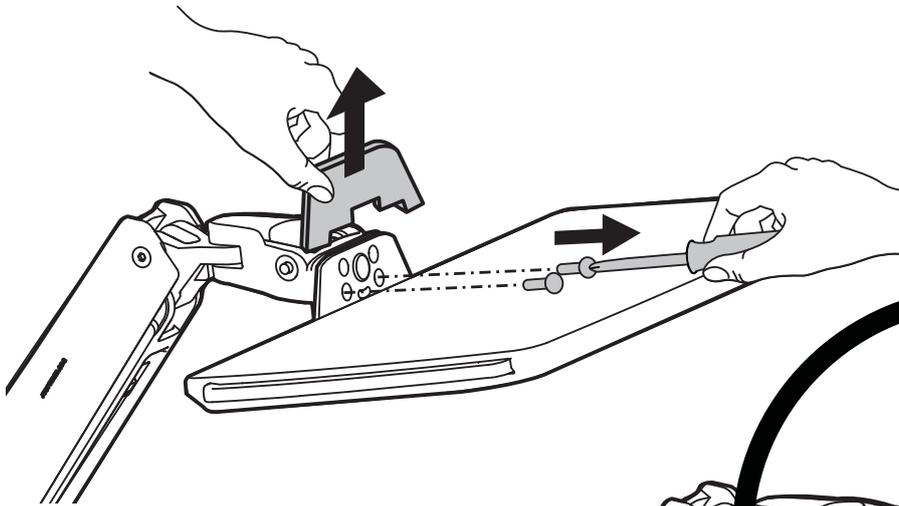
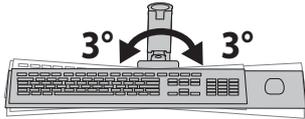
0°



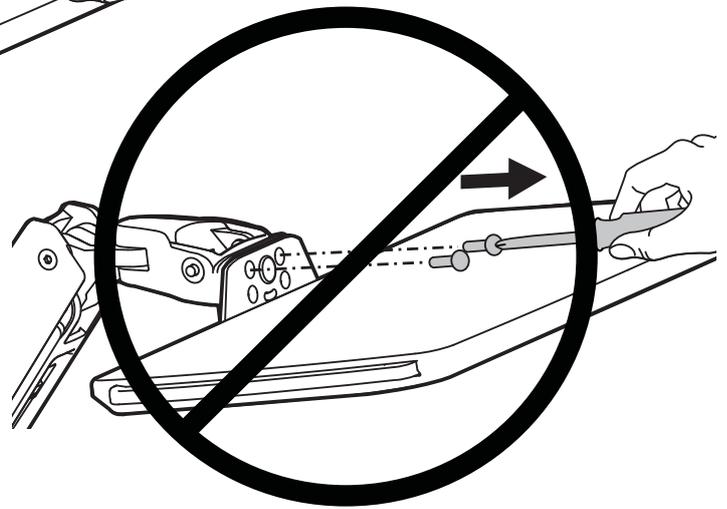
M3 x 6mm

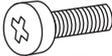


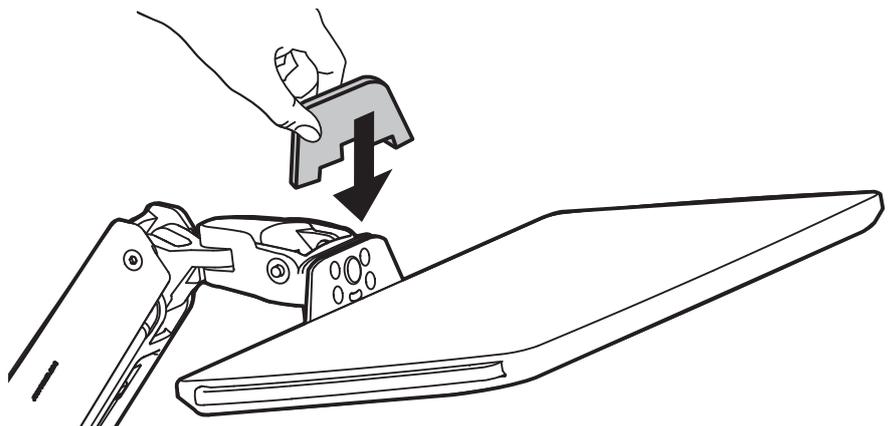
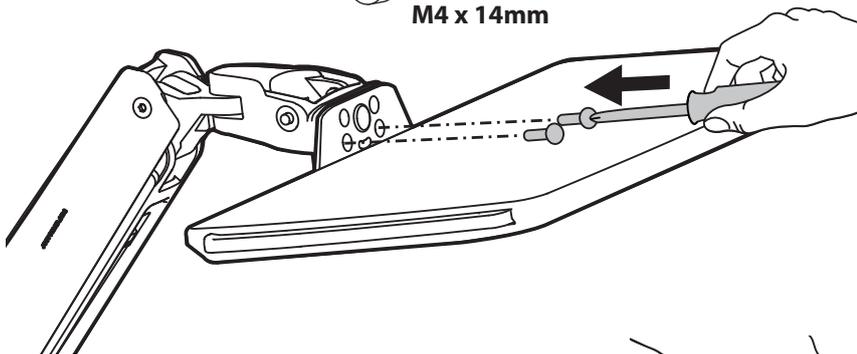
## Deaktivieren dieser Kippfunktion:



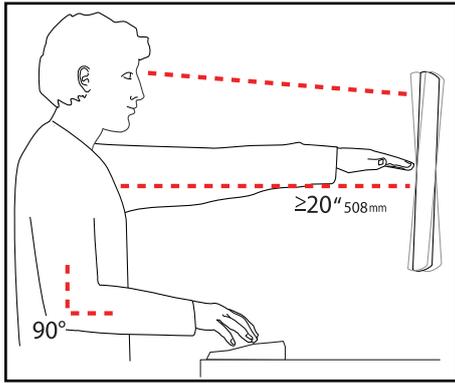
Bewahren Sie diese Schrauben für den Fall auf, dass Sie dieses Funktionsmerkmal zu einem zukünftigen Zeitpunkt nutzen möchten.



2x  M4 x 14mm



Richten Sie Ihren Arbeitsplatz so ein, dass er für SIE arbeitet!



Weitere Informationen zur ergonomischen Computernutzung finden Sie unter:  
**[www.computingcomfort.org](http://www.computingcomfort.org)**

- Höhe** Positionieren Sie die obere Kante des Bildschirms knapp unter Augenhöhe.  
**Positionieren Sie die Tastatur bei flach aufgelegten Handgelenken auf Ellenbogenhöhe.**
- Abstand** Positionieren Sie den Bildschirm mindestens eine Armlänge (50 cm) von Ihrem Gesicht entfernt.  
**Positionieren Sie die Tastatur nahe genug, um einen Ellenbogenwinkel von 90° zu ermöglichen.**
- Winkel** Neigen Sie den Bildschirm so, dass ein Spiegeleffekt vermieden wird.  
**Neigen Sie die Tastatur um 10° nach hinten, sodass Ihre Handgelenke flach aufliegen.**

**Vermeiden von Ermüdungserscheinungen**

**Atmen** - Atmen Sie tief durch die Nase ein und aus.

**Blinzeln** - Blinzeln Sie so oft wie möglich, um trockene Augen zu vermeiden.

**Pausen** • Machen Sie alle 20 Minuten eine Pause von 2-3 Minuten

• Machen Sie alle 2 Stunden eine Pause von 15-20 Minuten.

Für Garantie Besuch: [www.ergotron.com/warranty](http://www.ergotron.com/warranty)

Für Servicebesuch: [www.ergotron.com](http://www.ergotron.com)

Örtliche Telefonnummern für den Kundendienst finden Sie hier: <http://contact.ergotron.com>

**Vertrieb Deutschland,  
Österreich und Schweiz**

Kiel-Kronshagen, Deutschland  
+49 431 54028780  
[www.ergotron.de](http://www.ergotron.de)  
[info@ergotron.de](mailto:info@ergotron.de)

**Vertrieb in Europa,  
Naher Osten, Afrika**

Amersfoort, Niederlande  
+31 33 45 45 600  
[www.ergotron.com](http://www.ergotron.com)  
[info.eu@ergotron.de](mailto:info.eu@ergotron.de)

**Vertriebs- und Konzern-  
hauptsitz in Amerika**

St. Paul, MN USA  
(800) 888-8458  
+1-651-681-7600  
[www.ergotron.com](http://www.ergotron.com)  
[sales@ergotron.com](mailto:sales@ergotron.com)

**ERGOTRON®**

Auch wenn Ergotron, Inc. jede Anstrengung unternimmt, um genaue und vollständige Informationen zur Installation und zum Gebrauch seiner Produkte zur Verfügung zu stellen, haftet es nicht für Redaktionsfehler oder Auslassungen (einschließlich solcher bei der Übersetzung aus dem Englischen in eine andere Sprache) oder für zufällige, besondere oder Folgeschäden welcher Natur auch immer, die auf die Bereitstellung dieser Anleitung und die Leistung des Geräts in Verbindung mit dieser Anleitung entstanden sind. Ergotron, Inc. behält sich das Recht vor, ohne Vorankündigung Änderungen am Produktdesign und/oder der Produktdokumentation vornehmen zu dürfen. Die aktuellsten Produktinformationen oder dieses Handbuch in anderen Sprachen erhalten Sie vom Ergotron-Kundendienst. Vervielfältigung, Speicherung oder Übertragung (elektronisch, mechanisch, Fotokopie, Aufzeichnung o. a.) dieser Publikation nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung von Ergotron, Inc., 1181 Trapp Road, Eagan, Minnesota, 55121, USA. Patentschutz bzw. Patentanmeldung in den USA und anderen Ländern. Ergotron ist eine eingetragene Marke von Ergotron, Inc.

© 2014 Ergotron, Inc. All rights reserved.