

Instructions for/**pour/para** Sit to Stand ergonomic Adjustable Desk Riser (ADR)/**Bureau assis/debout/Mesa Elevable Ergonómico**

Congratulations on your purchase of the new Sit to Stand Desk! You are on the way to more productivity and better health. The ergonomic Adjustable Desk Riser (ADR) is fully assembled right out of the box.

Félicitations pour votre achat de votre nouveau bureau assis/debout. Grâce à celui-ci, vous serez plus productif et votre santé s'améliorera. Le bureau ADR est entièrement monté et peut être utilisé dès qu'il est sorti de sa boîte.

¡Felicitaciones por adquirir su nueva Mesa Elevable! Usted ya está en camino para ser más productivo y gozar de una mejor salud. El Elevador Ajustable Ergonómico (ADR) viene totalmente ensamblado desde que lo saca de la caja.



Figure 1

To raise and lower your ADR, you need to use the handles shown in figure 1. Squeeze both handles and adjust the desk to the position that fits you best. After achieving the height you want, release the levers to lock the desk in place.

When moving the desk down from the top position, you need to push forward as well as down.

A monitor arm can be clamped to the back of the ADR or attached through the grommet hole. In addition, the grommet hole can be used to keep your cables neat.

For video instructions, go to: www.rocelco.com/ADR

Pour relever et abaisser votre ADR, vous avez besoin d'utiliser les poignées illustré à la figure 1. Appuyez sur les deux poignées et régler à la position qui vous convient le mieux. Après la réalisation de la hauteur que vous souhaitez, relâchez les poignées pour verrouiller le bureau en place.

Lors du déplacement du bureau à partir de la position supérieure, vous devez le pousser vers l'avant, ainsi que vers le bas.

Un moniteur peut être fixé à l'arrière du ADR ou fixé par le trou de passe-fil. En outre, le trou de passe-fil peut être utiliser pour organiser vos câbles.

Pour une vidéo sur la façon d'utiliser le ADR, allez à www.rocelco.com/ADR.

Para subir o bajar tu ADR debes usar las manijas mostradas en la figura 1. Aprieta ambas manijas y ajusta en la posición que te venga mejor. Una vez que encuentres la altura adecuada, suelta las manijas para colocar el escritorio en su lugar.

Cuando bajas el escritorio desde la posición más alta, debes de impulsar y bajar.

El monitor debe sujetarse atrás del ADR o sujetado mediante el ojal de los cables. Además, el ojal de los cables puede usarse para mantener ordenados los cables.

Para ver el video de instrucciones, visite www.rocelco.com/ADR