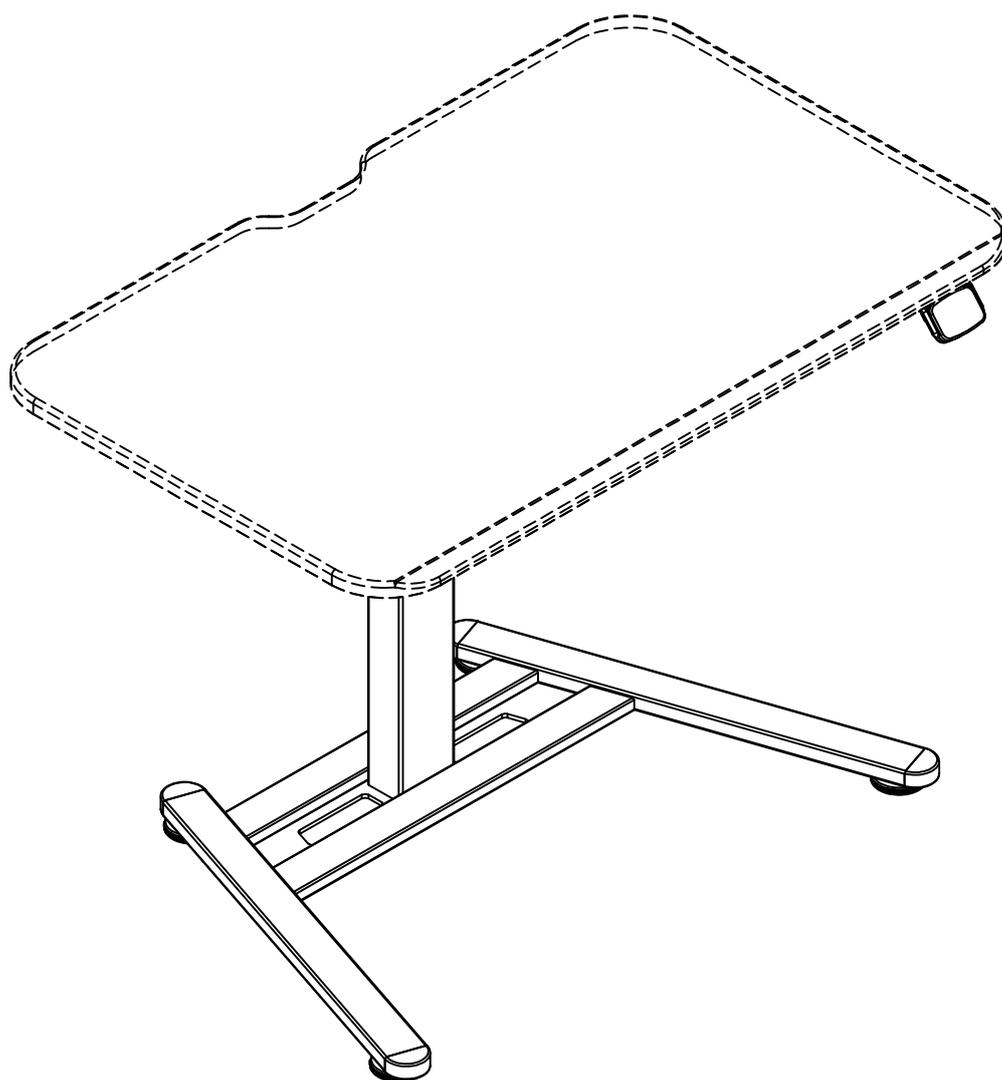


# Рама регулируемая по высоте **ERGOSTOL ONE 3.0**





## Правила регулировки стола по высоте

1. Убедитесь в отсутствии посторонних предметов, которые могут помешать регулировке высоты стола, над столом и под ним.
2. Проверьте, хватает ли длины спускающихся со стола проводов для поднятия стола в верхнее положение.



## Правила безопасности

1. Во время регулировки высоты стола соблюдайте безопасную дистанцию во избежание защемления между движущейся столешницей и неподвижными предметами.
2. Регулируя высоту столешницы, следите, чтобы никто не получил травм и никакие предметы не были повреждены. Столешница не должна упираться в неподвижные предметы, чтобы стол не перевернулся. Прежде чем менять высоту столешницы, обязательно отодвиньте стул от стола, чтобы не произошло защемления.
3. Во время регулировки высоты уберите со столешницы все предметы. Придерживайте стол до момента его фиксации.
4. После установки необходимой высоты всегда затягивайте винты механизма фиксации стоек.
5. Нельзя модифицировать конструкцию стола, его комплектующие.
6. Перед проведением ремонта или обслуживания стола проконсультируйтесь с нашим специалистом.
7. Допускается люфт стола в пределах 2 см.
8. Нельзя превышать максимально допустимую нагрузку на стол.
9. Нагрузка на стол должна быть распределена равномерно.
10. Нельзя использовать стол для подъема людей.



## Технические характеристики

### 1. Рама

Вес рамы: 12,2 кг

Высота: 68-116 см

Кол-во колонн: 1 шт

Кол-во частей колонн: 2 шт

Подъемный вес: 70 кг

### 2. Другое

Габариты упаковки:

№1: 86,5\*68,3\*12 см

Масса коробки:

№2: По размеру столешницы, 10-20 кг\*



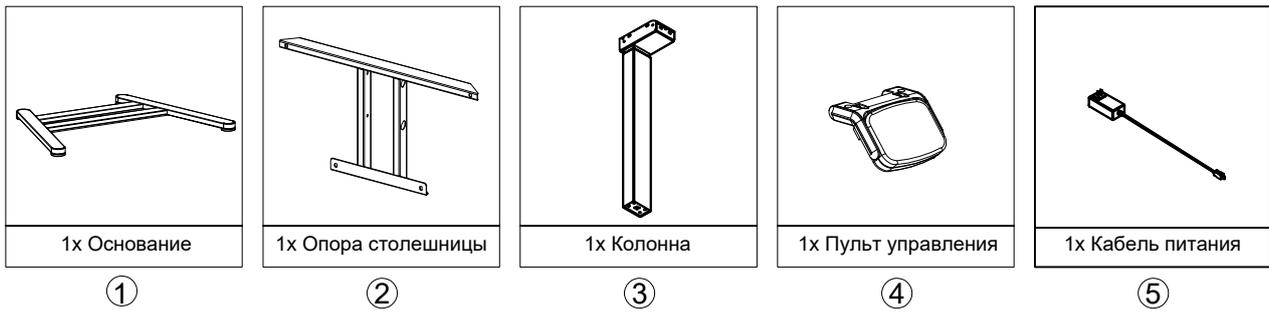
\*При покупке только рамы столешница в комплект не входит.



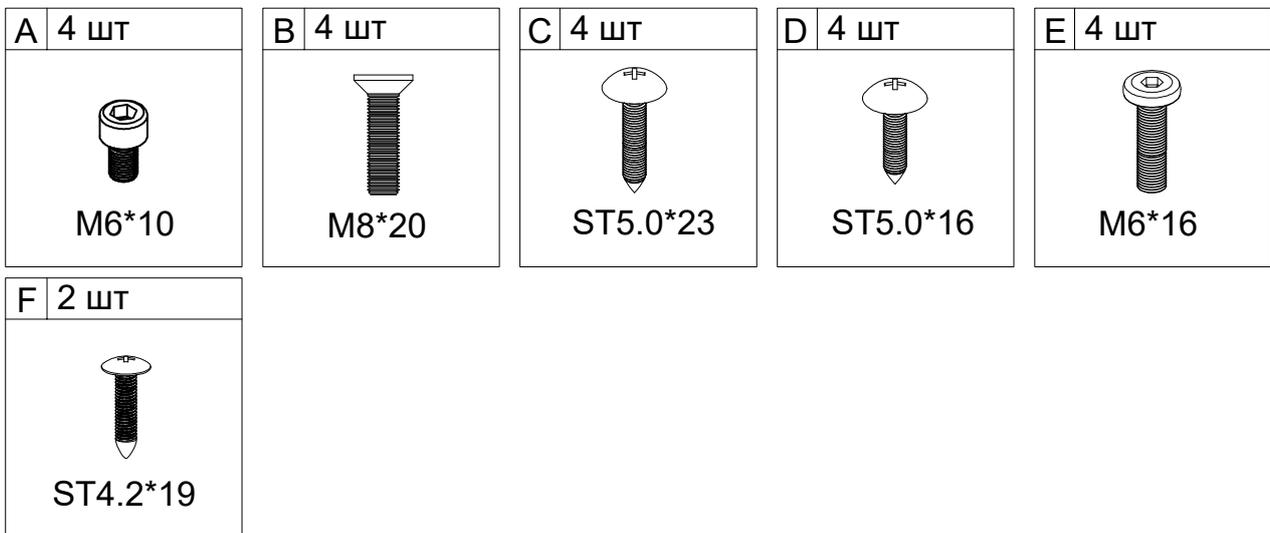
Данный стол соответствует действующим нормам безопасности. Неправильное использование может привести к повреждению. Пожалуйста, прочитайте инструкцию перед использованием. В ней предоставлена важная информация по безопасности использования, установке и обслуживанию стола.

Данное руководство можно скачать на нашем сайте [www.ergostol.ru](http://www.ergostol.ru)

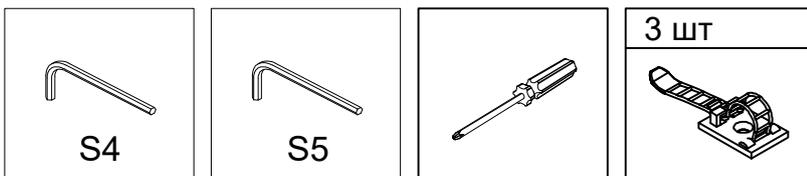
**Комплектация.** Полный набор предметов, входящих в состав стола.



**Комплектация крепежей**



**Инструменты для сборки (в комплекте)**



**Инструменты для сборки (не в комплекте)**

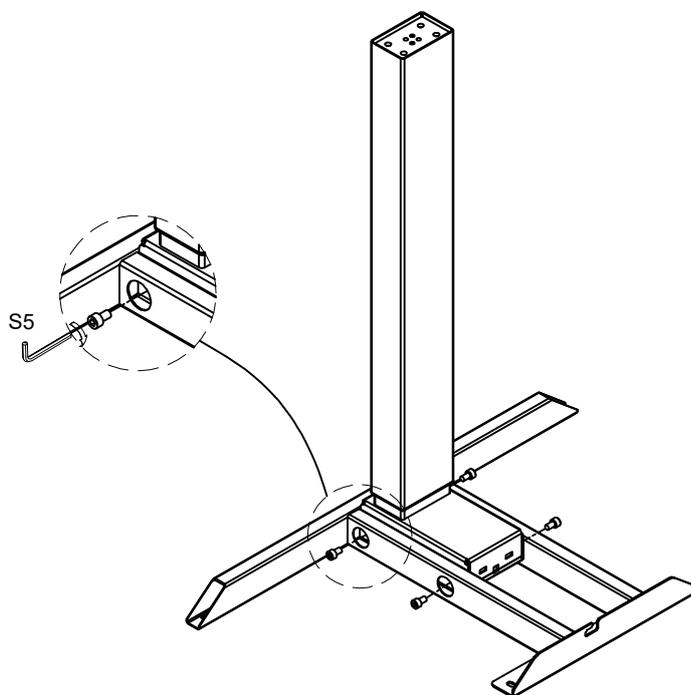


**ШАГ 1** Прикрепите опору столешницы к колонне болтами М6\*10 (4 шт).

**A** 4 ШТ



**M6\*10**

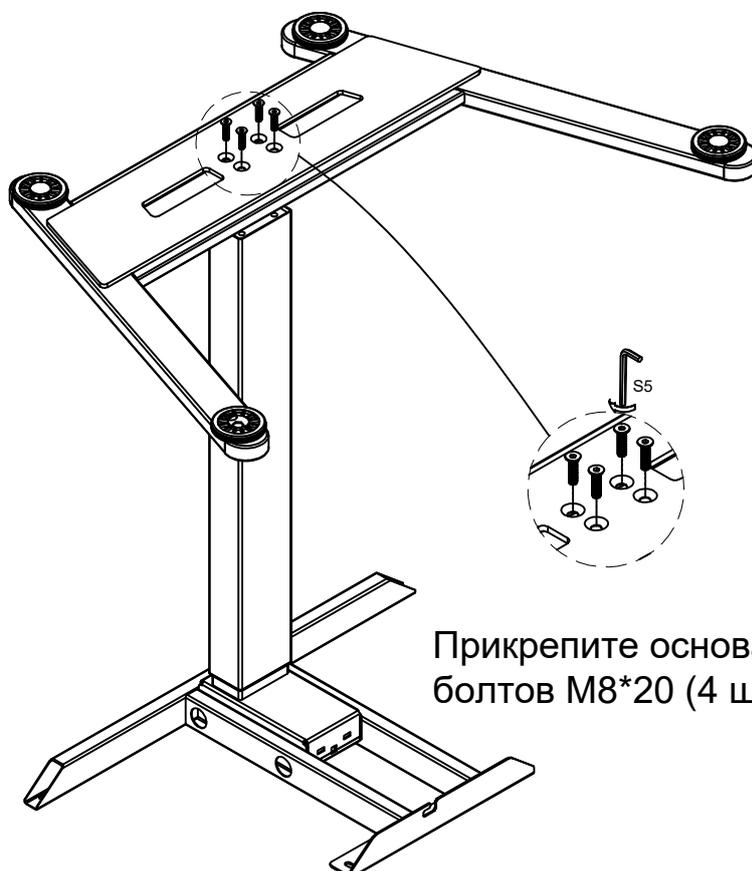


**ШАГ 2**

**B** 4 ШТ

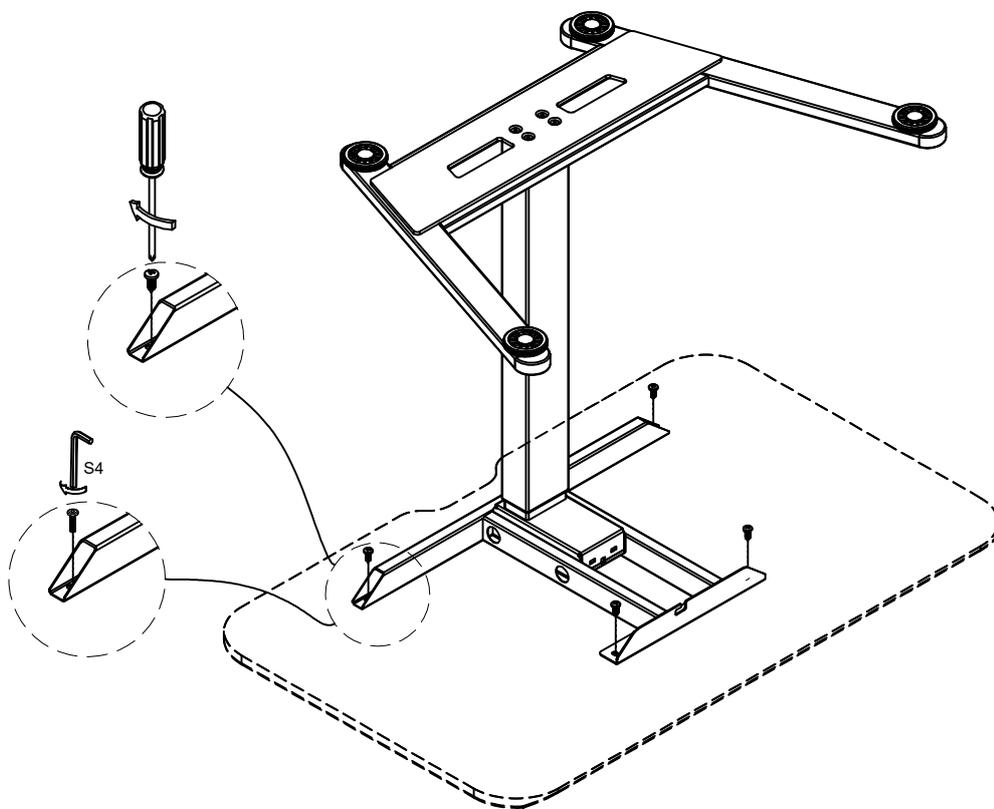


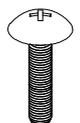
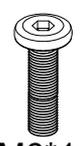
**M8\*20**



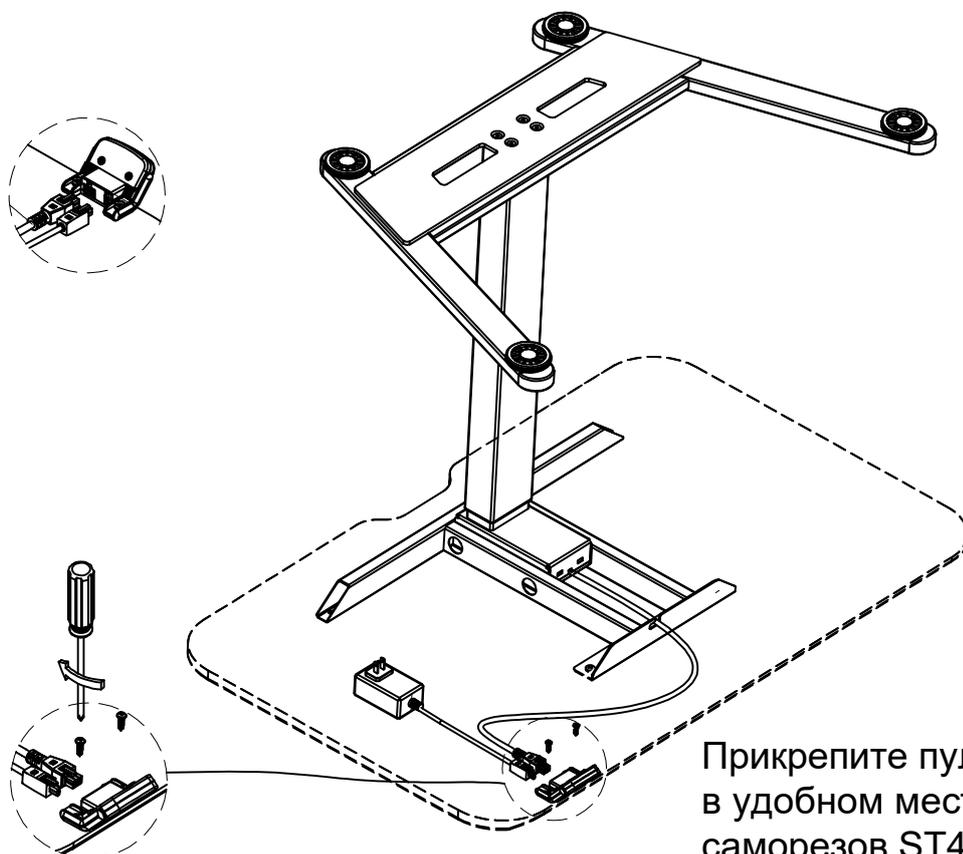
Прикрепите основание с помощью болтов М8\*20 (4 шт).

**ШАГ 3** Закрепите столешницу с помощью болтов М6\*16 или саморезов ST5.0\*16 или ST5.0\*23.



<b>C</b>	<b>4 ШТ</b>
 <b>ST5.0*23</b> Для столешницы толщиной ≥ 25 мм	
<b>D</b>	<b>4 ШТ</b>
 <b>ST5.0*16</b> Для столешницы толщиной < 25 мм	
<b>E</b>	<b>4 ШТ</b>
 <b>M6*16</b> Для столешницы с футорками	

**ШАГ 4**



<b>F</b>	<b>2 ШТ</b>
 <b>ST4.2*19</b>	

Прикрепите пульт к столешнице в удобном месте с помощью саморезов ST4.2\*19

# Пульт управления



Весь пульт управления - это кнопочная панель. Если пульт не используется в течение 10 секунд, он переходит в спящий режим. Вы должны потянуть вверх или вниз, чтобы разбудить его. Пульт готов к работе, когда загорится индикатор дисплея.

## ■ Вверх и Вниз:

После активации пульта продолжайте тянуть вниз или вверх для регулировки высоты стола до достижения оптимальной высоты.

## ■ Инициализация:

1. Когда на дисплее отображается **RST**, потяните пульт вниз пока рама стола не достигнет своей самой нижней точки. После того, как на экране дисплея отобразятся цифры и произойдет обратный ход рамы, инициализация завершена. (P.S. Во время этой операции нельзя отпускать пульт, иначе инициализация завершится ошибкой).
2. Принудительная инициализация: потяните пульт вниз, пока рама стола не опустится в самое нижнее положение, затем отпустите и снова тяните вниз в течение 5 секунд, пока на экране не отобразятся цифры и произойдет обратный ход рамы - инициализация завершена.
3. Восстановление заводских настроек: когда пульт управления заблокирован или вы хотите восстановить заводские настройки, нажимайте левую и правую кнопки до тех пор, пока на экране не отобразится **RST** в течение 10 секунд. Далее выполните действия, описанные в пункте 1.

## ■ Функции памяти:

### ※ Как настроить память

1. Выберите нужную высоту и остановитесь в этом положении.
2. Далее зажмите правую и левую кнопки одновременно - на дисплее отобразится "S-" и начнет мигать "-". В этот момент нажмите левую или правую кнопку. Запись в память завершена успешно.

### ※ Как использовать сохраненные положения

Нажмите левую или правую кнопку, и стол автоматически переместится на сохраненную высоту.

## ■ Ограничение высоты:

1. Настройка ограничения высоты:  
Отрегулируйте стол на необходимую высоту, затем зажмите левую и правую кнопки в течение 5 секунд, пока на экране не замигают цифры. Настройка ограничения высоты завершена успешно.  
(P.S. Положение ниже половины хода является нижним пределом, положение выше половины хода является верхним пределом).
2. Отмена функции:  
Доведите стол до максимального или минимального положения, затем зажмите левую и правую кнопки в течение 5 секунд, пока цифры на экране не замигают. Ограничение высоты отменено.

## ■ Блокировка и Разблокировка:

Зажмите левую кнопку и тяните вверх в течение 5 секунд. На дисплее отобразится «**LOC**». Система заблокирована.  
Зажмите правую кнопку и тяните вниз в течение 5 секунд. На дисплее отобразится «**LOC**», затем число, система разблокирована.

## ■ Коды ошибок и способы решения:

Код ошибки	Причина	Решение
E01, E02, E04, E06, E12, E15, E17, E22, E25, E27, E32, E35, E37, E42, E43, 888	Аппаратная неисправность	Свяжитесь с производителем для устранения
E05	Отскок от препятствия	Уберите препятствие
	Слишком высокая чувствительность	Уменьшите чувствительность (см. функцию настройки)
E07	Неправильное подключение вилки	Подключите вилку заново
	Перегрузка	Уменьшите нагрузку на стол
E11, E13, E21, E23, E31, E33	Неправильное подключение между двигателем и блоком управления	Убедитесь в правильности подключения
	Аппаратная неисправность	Свяжитесь с производителем для устранения
E14, E24, E34	Неправильное подключение между двигателем и блоком управления/пультом	Подключите кабель мотора заново
	Перегрузка	Уменьшите нагрузку на стол
	Аппаратная неисправность	Свяжитесь с производителем для устранения
E16, E18, E26, E28, E36, E38	Перегрузка	Уменьшите нагрузку на стол
	Превышение рабочего хода	Выполните заводские настройки (см. 3-й пункт инициализации).
	Аппаратная неисправность	Свяжитесь с производителем для устранения
НОТ	Защита от перегрева	Работоспособность автоматически восстановится через 20 минут
	Сигнал сброса	Выполните операцию сброса (см. инициализацию).

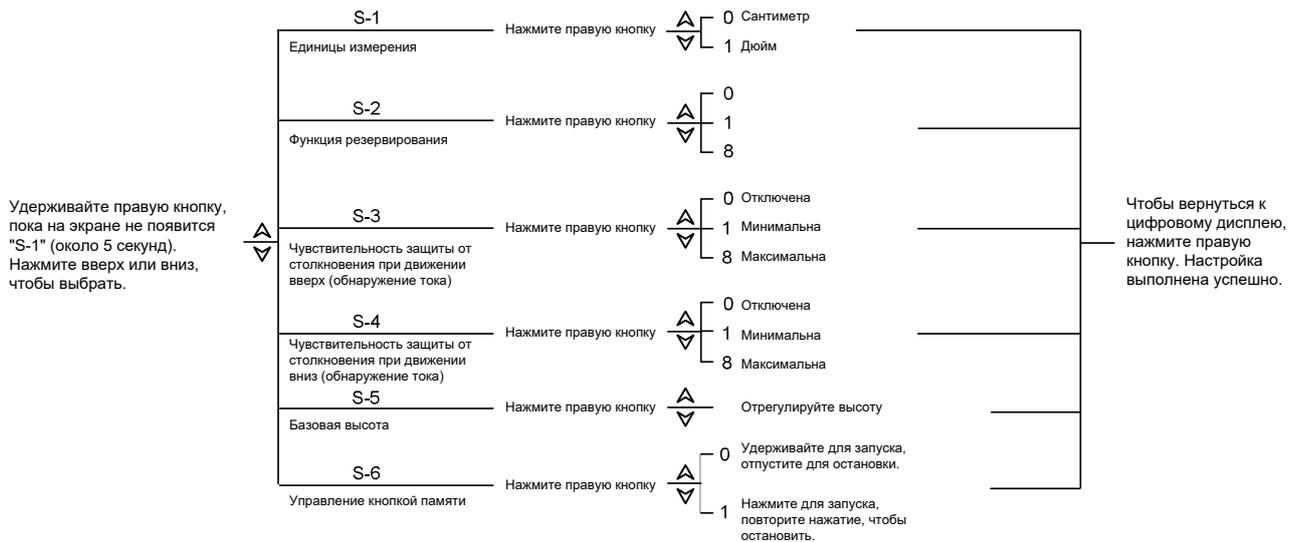
# Настройка пульта

## ■ Функция настроек:

Когда необходимо установить внутренние параметры, удерживайте правую кнопку около 5 секунд. На экране появится надпись "S-1", что означает успешный вход в режим настроек.

## ■ Настройка чувствительности защиты от столкновения:

В целях безопасности рама останавливается и слегка отъезжает назад при столкновении с препятствием. Этот механизм отскока активируется в режиме обнаружения скачка тока. Если чувствительность установлена слишком высокой, эта функция может срабатывать некорректно. Если срабатывание происходит слишком часто, можно уменьшить чувствительность.



# Как правильно подобрать высоту

Регулировка стола происходит очень быстро и легко с помощью пульта, расположенного под столешницей.

Этот стол позволяет максимально разнообразить положения тела в течение рабочего дня, то работая стоя, то садясь на стул. Это очень положительно сказывается на здоровье и общем самочувствии. При работе стоя или на стуле-седле нагрузка на позвоночник минимальна.

## 1. Высота стола

Сидя на стуле, согните руку в локте и отведите вперед от тела на 10-15 см. Расстояние от пола до локтя будет идеальной высотой стола для вас. Придвиньтесь как можно ближе к столу, чтобы локти лежали на поверхности стола. Локти и клавиатура лежат на поверхности стола. Выкатная полочка для клавиатуры не эргономична и ведет к перенапряжению плеч и шеи.

## 2. Как сидеть

Сидя за столом используйте правильный удобный эргономичный стул. Верхняя граница монитора должна находиться на уровне глаз, чтобы избежать наклона головы и перегрузки мышц шеи. Для этого установите монитор на подставку или специальный кронштейн.

