



# HOCKER

## MONTAGEANLEITUNG

Art.-Nr.  23574 · Kategorie:  Hocker

Lesen Sie diese Anleitung vor der Anwendung genau durch. Befolgen Sie die Hinweise und bewahren Sie die Gebrauchsanweisung sorgfältig auf.

## INHALTSVERZEICHNIS

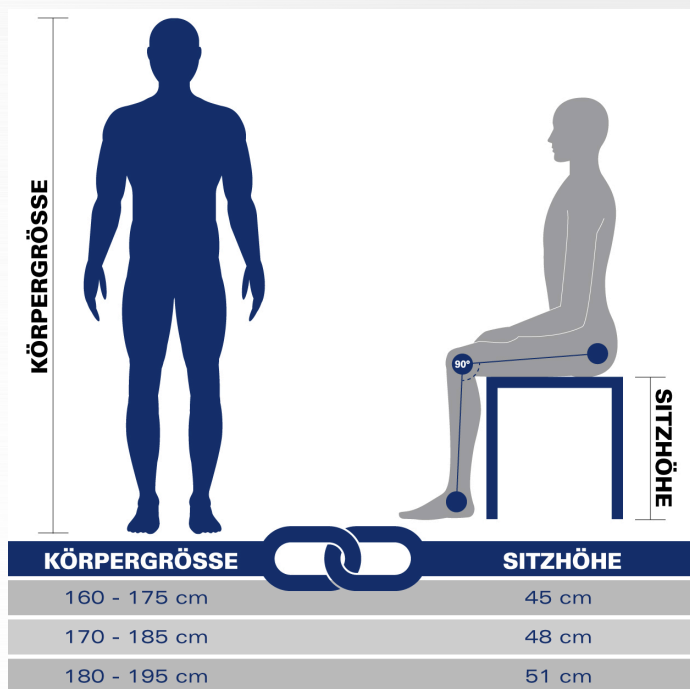
Allgemeine Information .....	Seite 3
Die richtige Sitzhöhe .....	Seite 3
Gymnastikhocker .....	Seite 4 - 5
Dreh- und Therapiehocker .....	Seite 6 - 9
Sattelhocker .....	Seite 10 - 11

## ALLGEMEINE INFORMATION

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Montageanleitungen für unsere Hocker. Durch die verschiedenen Gestelle und Polster bieten sich diverse Kombinationen, die im Aufbau aber alle gleich sind.

Lassen Sie sich bitte nicht durch die zusätzlich abgebildeten Elemente ablenken und beachten Sie lediglich die Bauteile, die für Sie relevant sind.

## DIE RICHTIGE SITZHÖHE



Ergonomisch Sitzen ist ganz einfach. Sie sitzen richtig, wenn Ihre Füße fest auf dem Boden stehen und Ihr Ober- und Unterschenkel ungefähr einen rechten Winkel bilden.

Damit das gelingt, benötigen Sie einen Hocker mit der passenden Sitzhöhe. Deshalb gibt es unsere Hocker in drei Größen bzw. mit Gasfeder-Höhenverstellung. Welche Sitzhöhe für Sie passt, können Sie ganz einfach der Grafik entnehmen.

# GYMNASTIKHOCKER



## Lieferumfang:

- ① Sitzplatte
- ② Stuhlbeine

## Montagematerial:

Innensechskantschlüssel  
4 Sechskantschrauben

## MONTAGEANLEITUNG:

Legen Sie die Sitzplatte ① mit der Unterseite nach oben vor sich.

Platzieren Sie die Stuhlbeine ② mittig auf der Sitzplatte ①, sodass die vier Aussparungen der Stuhlbeine ② genau über den Löchern der Sitzplatte liegen.

Die mitgelieferten Schrauben werden nun mit dem Innensechskantschlüssel in diese vier Löcher gedreht. Fertig!

## ARTIKELVARIANTEN

### ① Sitzfläche



Holz-  
Sitzfläche



PU-  
Sitzfläche



Standard  
Polster



Komfort  
Polster

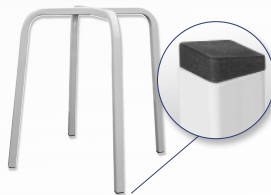


Standard Polster,  
eckig

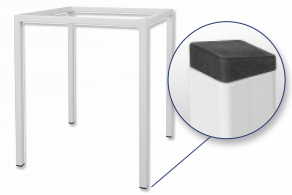
### ② Gestell



Gestell Standard  
Rundrohr



Gestell Exklusiv  
Vierkantrohr

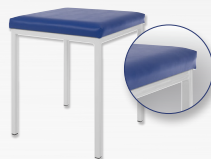


Gestell Standard  
Vierkantrohr

# PRODUKTEIGENSCHAFTEN



	Gymnastikhocker Holz Sitzfläche		Mehrzweckhocker	
Art.-Nr.	23554	23535	23571	23574
Gestell	Standard, Rundrohr	Exklusiv, Vierkantrohr	Standard, Rundrohr	Exklusiv, Vierkantrohr
Gestell Material	Stahl, Epoxidharz beschichtet			
Gestell Farbe	weiß			
Sitzfläche	Holz-Sitzfläche		PU-Sitzfläche	
Sitzfläche Farbe	braun		schwarz	
Sitzfläche Material	Buchenholz		Polyurethan	
Sitzfläche Maße	ø 35 cm, H: 1,3 cm		ø 35 cm, H: 3,3 cm	ø 34 cm, H: 2,7 cm
Höhe	45 / 48 / 51 cm			
Belastbarkeit	bis 120 kg			



	Gymnastikhocker mit Polster				
Art.-Nr.	23555	23533	23570	23534	23560
Gestell	Standard, Rundrohr	Exklusiv, Vierkantrohr	Standard, Rundrohr	Exklusiv, Vierkantrohr	Standard, Vierkantrohr
Gestell Material	Stahl, Epoxidharz beschichtet				
Gestell Farbe	weiß				
Sitzfläche	Standard-Polster	Standard-Polster	Komfort-Polster	Komfort-Polster	Standard-Polster, eckig
Sitzfläche Farbe	36 23 04 03 22 31 14 01 42 08 02 21 07 24 10 15 06 11 18 05				
Sitzfläche Material	gepolstertes Kunstleder				
Sitzfläche Maße	ø 38 cm, H: 4,5cm		ø 38 cm, H: 6 cm		40x40x4,5cm
Sitzhöhe	45 / 48 / 51 cm				
Belastbarkeit	bis 120 kg				

# DREH- UND THERAPIEHOCKER



\* Schraube zur Regulierung der Auslöseverzögerung

# MONTAGEANLEITUNG

Legen Sie die Sitzplatte **1** mit der Unterseite nach oben vor sich.

Platzieren Sie die Sitzhöhenverstellung **2** mittig auf der Sitzplatte (Löcher übereinanderliegend).

Legen Sie die Unterlegscheiben auf die Aussparungen. Stecken Sie die Schrauben ein und ziehen Sie sie mit dem Innensechskantschlüssel fest.

Stecken Sie die 5 mitgelieferten Gleiter bzw. Rollen **5** in das Fußkreuz **4** und stellen Sie es auf den Boden.

Führen Sie die Gasdrucksäule **3** mit der dickeren Seite in das Fußkreuz ein. Stecken Sie den Sitz auf die Gasdrucksäule.

**Belasten Sie den Hocker vorsichtig mit Ihrem Körpergewicht, um alle Elemente sicher zu verbinden.**

Durch das Heraus- und Hineindrehen der Schraube an der Gasdrucksäule **3** können Sie die Auslöseverzögerung regulieren.

## Lieferumfang:

- 1** Sitzplatte
- 2** Sitzhöhenverstellung (Drehkreuz)
- 3** Gasdrucksäule
- 4** Fußkreuz
- 5** 5 Gleiter bzw. Rollen

## Montagematerial:

- Innensechskantschlüssel
- 4 Sechskantschrauben
- 4 Unterlegscheiben

## ARTIKELVARIANTEN

### **1** Sitzfläche



Holz-Sitzfläche



Standard-Polster



Komfort-Polster



Therapie-Polster

### **3** + **4** Gestell



Standard



Exklusiv

### **5** Füße



Rollen



Gleiter

# PRODUKTEIGENSCHAFTEN



Drehhocker mit Holz Sitzfläche (1,5 cm)				
Art.-Nr.	23558	23559	23553	23552
Gestell	Standard	Standard	Exklusiv	Exklusiv
Gestell Material	stabiler Kunststoff		robustes Aluminium	
Gestell Farbe	schwarz		silber	
Gestell mit	Gleitern	Rollen	Gleitern	Rollen
Sitzfläche Farbe	braun			
Sitzfläche Material	Buchenschichtholz			
Sitzfläche Maße	ø 35 cm, H: 1,5 cm			
Sitzhöhe	48-67 cm	50-69 cm	48-67 cm	50-69 cm
Belastbarkeit	bis 140 kg			



Drehhocker mit Polster (4,5 cm)																				
Art.-Nr.	23549	23550	23557	23556																
Gestell	Standard	Standard	Exklusiv	Exklusiv																
Gestell Material	stabiler Kunststoff		robustes Aluminium																	
Gestell Farbe	schwarz		silber																	
Gestell mit	Gleitern	Rollen	Gleitern	Rollen																
Sitzfläche Farbe	36	23	04	03	22	31	14	01	42	08	02	21	07	24	10	15	06	11	18	05
Sitzfläche Material	gepolstertes Kunstleder																			
Sitzfläche Maße	ø 38 cm, H: 4,5 cm																			
Sitzhöhe	51-70 cm				53-72 cm				51 - 70 cm				53-72 cm							
Belastbarkeit	bis 140 kg																			





	<b>Drehhocker mit Komfort-Polster (6 cm)</b>																			
Art.-Nr.	23537				23536				23539				23538							
Gestell	Standard				Standard				Exklusiv				Exklusiv							
Gestell Material	stabiler Kunststoff								robustes Aluminium											
Gestell Farbe	schwarz								silber											
Gestell mit	Gleitern				Rollen				Gleitern				Rollen							
Sitzfläche Farbe	36	23	04	03	22	31	14	01	42	08	02	21	07	24	10	15	06	11	18	05
Sitzfläche Material	gepolstertes Kunstleder																			
Sitzfläche Maße	ø 38 cm, H: 6 cm																			
Sitzhöhe	52-71 cm				54-73 cm				52-71 cm				54-73 cm							
Belastbarkeit	bis 140 kg																			



	<b>Therapiehocker mit Polster (5,5 cm)</b>																			
Art.-Nr.	23564				23565				23566				23561							
Gestell	Standard				Standard				Exklusiv				Exklusiv							
Gestell Material	stabiler Kunststoff								robustes Aluminium											
Gestell Farbe	schwarz								silber											
Gestell mit	Gleitern				Rollen				Gleitern				Rollen							
Sitzfläche Farbe	36	23	04	03	22	31	14	01	42	08	02	21	07	24	10	15	06	11	18	05
Sitzfläche Material	gepolstertes Kunstleder																			
Sitzfläche Maße	LxBxH: 56x37x5,5 cm																			
Sitzhöhe	51,5-70,5 cm				53,5-72,5 cm				51,5-70,5 cm				53,5-72,5 cm							
Belastbarkeit	bis 140 kg																			

# SATTELHOCKER



\* Schraube zur Regulierung der Auslöseverzögerung

## ARTIKELVARIANTEN

④ + ⑤ Gestell



Standard

Exklusiv

⑥ Füße



Rollen

Gleiter

# MONTAGEANLEITUNG

Legen Sie die Sitzplatte **1** mit der Unterseite nach oben vor sich.

Platzieren Sie die Kunststoffabdeckung **2** mittig auf der Sitzplatte (Löcher übereinanderliegend).

Legen Sie nun den Hebelauslöser **3** so auf die Kunststoffabdeckung, dass die 4 Aussparungen über denen der Abdeckung liegen und die Hebel in Richtung der breiten Seite zeigen.

Legen Sie die Unterlegscheiben auf die Aussparungen. Stecken Sie die Schrauben ein und ziehen Sie sie mit dem Innensechskantschlüssel fest.

Stecken Sie die 5 mitgelieferten Gleiter bzw. Rollen **6** in das Fußkreuz **5** und stellen Sie es auf den Boden.

Führen Sie die Gasdrucksäule **4** mit der dickeren Seite in das Fußkreuz ein. Stecken Sie den Sitz auf die Gasdrucksäule.

**Belasten Sie den Hocker vorsichtig mit Ihrem Körpergewicht, um alle Elemente sicher zu verbinden.**

Durch das Heraus- und Hineindreihen der Schraube an der Gasdrucksäule **4** können Sie die Auslöseverzögerung regulieren.

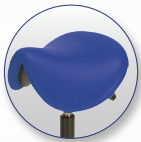
## Lieferumfang:

- 1** Sitzplatte
- 2** Kunststoffabdeckung
- 3** Hebelauslöser
- 4** Gasdrucksäule
- 5** Fußkreuz
- 6** 5 Gleiter bzw. Rollen

## Montagematerial:

- Innensechskantschlüssel
- 4 Sechskantschrauben
- 4 Unterlegscheiben

# PRODUKTEIGENSCHAFTEN



## Sattelhocker mit Polster (5 cm)

Art.-Nr.	23569	23568	23547	23548																
Gestell	Standard	Standard	Exklusiv	Exklusiv																
Gestell Material	stabiler Kunststoff		robustes Aluminium (verchromt)																	
Gestell Farbe	schwarz		silber																	
Gestell mit	Gleitern		Rollen																	
Sitzfläche Farbe	36	23	04	03	22	31	14	01	42	08	02	21	07	24	10	15	06	11	18	05
Sitzfläche Material	gepolstertes Kunstleder																			
Sitzfläche Maße	LxBxH: 35x42x19 cm																			
Sitzhöhe	54-73 cm					56-75 cm					54-73 cm					56-75 cm				
Belastbarkeit	bis 140 kg																			



Physio & Fitness

==== [www.sport-tec.de](http://www.sport-tec.de) ====

**Sport-Tec GmbH**  
**Physio & Fitness**  
Lemberger Str. 255  
D-66955 Pirmasens

**Tel.:** +49 (0) 6331 1480-0  
**Fax:** +49 (0) 6331 1480-220  
**E-Mail:** [info@sport-tec.de](mailto:info@sport-tec.de)  
**Web:** [www.sport-tec.de](http://www.sport-tec.de)