

Rücken

Halten Sie den Rücken während der Arbeit immer gerade.

Kopf

Während der Arbeit sollte der Kopf nicht mehr als 65° nach unten geneigt sein.

Unterarme

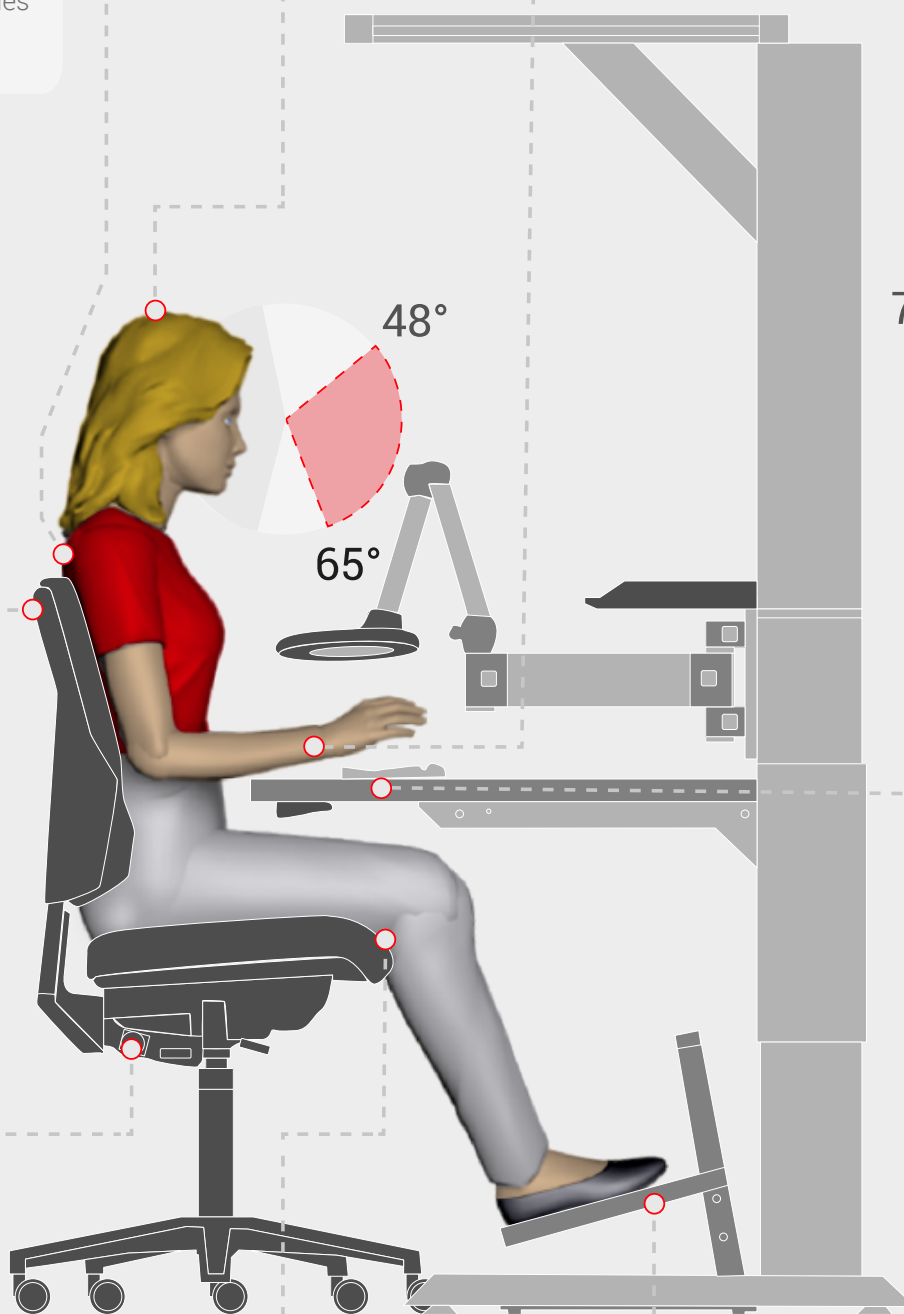
Ellenbogen und Handflächen sollten eine Linie mit dem Arbeitstisch bilden.

Augen

Der Arbeitsbereich sollte in einem Umfeld von 70° nach links und rechts liegen.

Lehne

Eine flexible Lehne passt sich dynamisch den Bewegungen des Mitarbeiters an.



Stuhl

Nutzen Sie die Sitzfläche des Arbeitsstuhls vollständig aus.

Sitz

Der Winkel zwischen Ober- und Unterschenkel sollte mindestens 90° betragen.

Füße

Die Füße haben festen Kontakt mit dem Boden oder einer verstellbaren Stütze.

Tisch

Lassen Sie genug Freiraum zwischen Oberschenkel und Tischunterkante.