



Lösungen  
für das  
Home Office

ergotron®

# Die Einrichtung Ihres Home Office sollte sich positiv auf Ihr Wohlbefinden, Ihre Produktivität und Ihre Gesundheit auswirken.

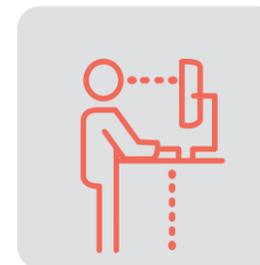
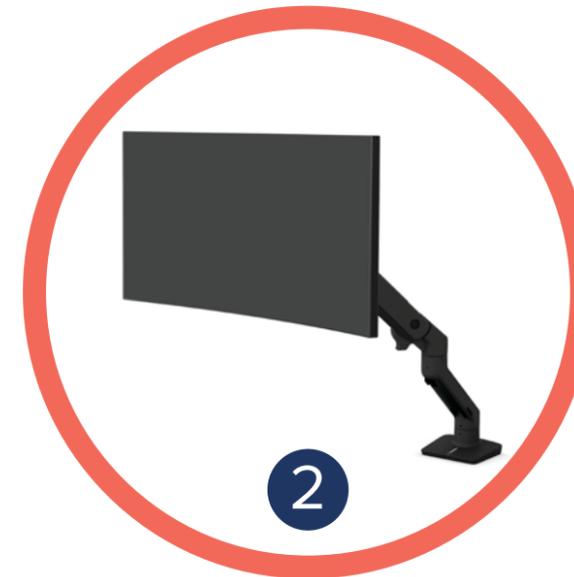
MoveMore®: Ergotron bietet ein umfassendes Portfolio innovativer Lösungen, die für mehr Bewegungsfreiheit im Home Office sorgen. Von verstellbaren Steh-Sitz Tischen bis hin zu Monitor-Standfüßen und -Armen: Unsere Lösungen schaffen personalisierte, ergonomische Räume, die die Kreativität anregen und langfristige Ergebnisse fördern. Sie haben zuhause kein dediziertes Arbeitszimmer? Unsere platzsparenden Designs passen sich jeder Umgebung an.



## Was sollte Ihr neuer Arbeitsplatz bieten?

Komfortable Monitorpositionierung  
Mehr Bewegungsfreiheit  
Zusätzlichen Platz zum Arbeiten

Ihr Bildschirm ist entweder zu weit weg oder zu nah dran?  
Mit unserem ergonomischen Monitorarm für den Schreibtisch, finden Sie die ideale Haltung.



Ihr Home Office hat alles, was Sie für einen erfolgreichen Arbeitstag brauchen. Richten Sie es so ein, dass es optimal auf Ihren Körper ausgerichtet ist - mit ergonomischen Lösungen, um gesund und fit zu bleiben. Tragen Sie Ihren Teil bei: Nehmen Sie eine neutrale Körperhaltung mit eng an den Rumpf anliegenden Ellenbogen ein und ändern Sie diese alle 30 Minuten. Ihre Schultern sollten geöffnet und das Kinn parallel zum Boden ausgerichtet sein. Der obere Bildschirmrand Ihres Monitors sollte sich auf Ihrer Augenhöhe befinden und eine Armlänge von Ihnen entfernt sein.

Sit-Stand Switch™: Wechseln Sie alle 30 Minuten zwischen Arbeiten im Sitzen und Stehen, um Ihren Kreislauf anzuregen, Kalorien zu verbrennen und Ihren Insulinspiegel unter Kontrolle zu halten. Regelmäßige Unterbrechungen sind wichtig, um Augen, Handgelenke und den gesamten Körper zu entspannen. Achten Sie also darauf regelmäßige Pausen einzulegen.

Erfahren Sie mehr unter [www.ergotron.com/de-de/ergonomie](http://www.ergotron.com/de-de/ergonomie).



Das Arbeiten am Laptop kann zu Fehlhaltungen führen. Mit einer verstellbaren Halterung, Maus und Tastatur gestalten Sie eine ergonomische Arbeitsumgebung.

Sie möchten mehr Bewegung in Ihren Tag integrieren?  
Verwandeln Sie Ihren aktuellen Arbeitsplatz in einen Sitz-Steh-Schreibtisch, mit unseren höhenverstellbaren Lösungen.



## Monitorarme und Halterungen



### **Kinderleichte Verstellung: Der LX Monitorarm**

Bringen Sie Ihren Monitor für jedes Projekt in die gewünschte Position. Schaffen Sie Platz, indem Sie den Arm zusammenklappen und bei Nichtgebrauch an die Wand schwenken. Die Version mit hoher Säule ermöglicht eine flexible vertikale Positionierung.  
Artikelnummer: 45-241-224



### **Mehr Freiraum: LX Dual Monitor Arm mit Notebookhalterung**

Schaffen Sie einen flexiblen und ergonomischen Arbeitsplatz mit dem LX Dual Monitor Arm. Positionieren Sie zwei Monitore oder einen Monitor und ein Laptop nebeneinander, für einen platzsparenden, komfortablen Arbeitsplatz.  
Artikelnummer: 45-248-026



### **Für breite und curved Monitore: HX Monitorarm, Tischhalterung**

Verändern Sie die Position großer Monitore von bis zu 19 kg, mit einer Handbewegung. Fügen Sie einen zweiten oder dritten Monitor, für noch mehr Produktivität hinzu.  
Artikelnummer: 45-475-224



### **Der Neo-Flex® Lift Stand für zwei Monitore**

Dieser Standfuß bietet ergonomischen Komfort und Höhenverstellung im Handumdrehen. Passen Sie die Bildschirme individuell an – mit einem Höhenverstellbereich von 13 cm und der 360° Schwenk- und Drehfunktion.  
Artikelnummer: 33-396-085



### **Die höhenverstellbare Neo-Flex- Notebookhalterung**

Dieser leichtgewichtige Notebook-Standfuß bietet einen Dieser leichtgewichtige Notebook-Standfuß ist bis zu 15 cm in der Höhe verstellbar, für verbesserte Ergonomie und mehr Produktivität. Bringen Sie den Bildschirm Ihres Notebooks auf Augenhöhe und positionieren Sie ihn individuell dank Dreh- und Neigefunktion für komfortables Arbeiten, wo Sie auch sind.  
Artikelnummer: 33-334-085



### **Einfach ergonomisch: Neo-Flex Monitorstandfuß**

Erhöhen Sie den ergonomischen Komfort zu einem günstigen Preis. Mit dem Neo-Flex Monitorstandfuß können Sie die Höhe Ihres Bildschirms um bis zu 13 cm für eine bequemere Sicht verstellen.  
Artikelnummer: 33-310-060



## Schreibtisch-Wandler



### **Große Arbeitsfläche: WorkFit-TL Der WorkFit-TL lässt sich**

Der WorkFit-TL ermöglicht eine geradlinige Höhenverstellbarkeit und ist dabei äußerst stabil. Der Schreibtischwandler wird vollständig montiert geliefert, stellen Sie ihn einfach auf einen Tisch und schon können Sie mit der Arbeit beginnen. Noch mehr Platz und Beweglichkeit erhalten Sie mit einem separaten Monitorstandfuß.  
Artikelnummer: 33-406-085



### **Holzoptik: Der WorkFit-Z Mini**

Dieser kompakte Steh-Sitz-Wandler verwandelt Ihre Tischplatte in einen höhenverstellbaren Schreibtisch. Die moderne graue Holzoptik fügt sich nahtlos in Ihr Zuhause ein und ist ideal für Monitore, Tablets und Laptops geeignet. Und das Beste: Der WorkFit-Z Mini ist sofort einsatzbereit.  
Artikelnummer: 33-458-917

## Mobile Schreibtische



### Bestimmen Sie selbst, wo Sie arbeiten: Der mobile LearnFit®-Schreibtisch

Mit dem mobilen LearnFit-Schreibtisch arbeiten Sie, wie und wo Sie möchten; wechseln Sie mühelos von der sitzenden in die stehende Position, ob im Arbeitszimmer, im Wohnzimmer oder draußen im Freien.

Artikelnummer: 24-481-003



### Innovativer Steh-Sitz Arbeitsplatz: WorkFit-C

Dieser Computerwagen fungiert bei Bedarf als mobiler Steh-Sitz-Schreibtisch und lässt sich dank seiner Doppelradrollen mühelos bewegen. Passen Sie die Höhe jederzeit an – ganz ohne Werkzeug.

Artikelnummer: 24-215-085



## Fünf Tipps für mehr Bewegung



### Stellen Sie den Timer

Achten Sie darauf, nicht den ganzen Tag lang im Sitzen zu verbringen, und wechseln Sie alle 30 Minuten zwischen Arbeiten im Sitzen und im Stehen. Verwenden Sie eine App oder eine Küchenuhr, die Sie daran erinnert, wann es Zeit für Bewegung ist.



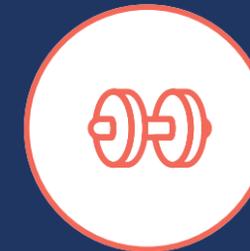
### Gehen Sie an die frische Luft

Vertreten Sie sich bei einem kurzen Spaziergang die Beine. Reservieren Sie in Ihrem Terminkalender eine halbe Stunde, um eine Runde um den Block zu gehen oder den Hund auszuführen.



### Richten Sie einen ergonomischen Arbeitsplatz ein

Investieren Sie in einen professionellen, höhenverstellbaren Arbeitsplatz und statten Sie diesen mit einem verstellbaren Monitorarm aus. Zusätzlich kann nach Wunsch auch ein zweiter und dritter Monitor hinzugefügt werden, um die Produktivität zu steigern.



### Entdecken Sie neue Möglichkeiten um in Bewegung zu bleiben

Integrieren Sie einfache Übungen in Ihren Arbeitstag, um Ihre Konzentration zu verbessern und Ihre Muskeln zu dehnen, oder suchen Sie online nach kostenlosen Ressourcen für Workouts zuhause.



### Halten Sie Meetings im Stehen

Holen Sie das Beste aus Meetings raus indem Sie in dieser Zeit stehen. Spazieren Sie Zuhause umher oder regen Sie Ihre Durchblutung und Ihren Kreislauf mit einem Spaziergang im Freien an.

Fördern Sie Kreativität, Motivation und Produktivität

## HILFSMITTEL FÜR MEHR BEWEGUNG

Besuchen Sie [www.ergotron.com/de-de/hilfsmittel](http://www.ergotron.com/de-de/hilfsmittel) und [www.ergotron.com/de-de/tips](http://www.ergotron.com/de-de/tips),  
und erhalten Sie Informationen über Lösungen für Ihr Home Office mit denen Sie in Bewegung bleiben.



Tipps und Tricks für die WorkFits



Arbeitsplatzanalyse



Arbeitsplatz-Planer



Rechner Kalorienverbrauch



Rechner Sitzdauer



Rechner ergonomische  
Rentabilität

Weiterführendes Informationsmaterial zum Herunterladen finden Sie unter [ergotron.com](http://ergotron.com)

Weitere Informationen finden Sie hier:

EMEA +31 334545600 / [info.eu@ergotron.com](mailto:info.eu@ergotron.com)

DACH +49 43154028780 / [info.de@ergotron.com](mailto:info.de@ergotron.com)

© Ergotron Inc. 09.02.2021

Technische Änderungen und Irrtümer vorbehalten

Informationen zu unseren Patenten verfügbar auf [www.ergotron.com/patents](http://www.ergotron.com/patents)

Produkte von Ergotron dienen nicht zur Heilung, Behandlung, Linderung oder Vorbeugung von Krankheiten

WorkFit, StyleView, LearnFit, Neo-Flex, PowerShuttle, LiFeKinnex, CareFit und eKinnex sind Warenzeichen von Ergotron.

