




deris





Mehr über aktives Sitzen  
auf [aeris.de](https://aeris.de)

Never just sit.

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf eines Aeris Swopper. Eine gute Entscheidung für ein aktiveres und gesünderes Leben.

Viel Spaß!

Dein Körper (besonders dein Rücken), dein Stoffwechsel und alle Mitarbeiter von Aeris



Video zur Montage und Einstellung  
[www.aeris.de/swopper-montage](http://www.aeris.de/swopper-montage)


Congratulations on purchasing an Aeris Swopper. A great way to pursue an active and healthy lifestyle.


Enjoy!

Your body (especially your back), your metabolism and the Aeris team thank you for your purchase.



Video for assembly and adjustment  
[www.aeris.de/swopper-assembly](http://www.aeris.de/swopper-assembly)

A person is sitting on a black office chair, viewed from behind. The person is wearing a grey long-sleeved shirt and light-colored trousers. The chair's seat is black and has the 'aeris swopper' logo printed on it in white. The logo consists of a stylized icon of three overlapping circles on the left, followed by the word 'aeris' in a bold, lowercase sans-serif font, and the word 'swopper' in a smaller, lowercase sans-serif font below it. The background is dark, making the white logo stand out.

 aeris  
swopper

# Tipps

01. Die Öffnung des Fußrings sollte zum Schreibtisch weisen.

02. Alle 3 Einstellmöglichkeiten nutzen und die seitliche Flexibilität bitte nach einiger Zeit anpassen.

03. Die gewölbte Sitzform kann anfänglich dazu führen, dass der Sitz als „hart“ empfunden wird. Wenn die Muskulatur nicht trainiert ist, kann sich das Swoppen auch im Rücken zu Beginn noch ungewohnt anfühlen. Spätestens nach 14 Tagen hat sich der Körper an diese gesunde Sitzhaltung gewöhnt, die dann von gestärkten Muskeln ganz natürlich unterstützt wird. Und das fühlt sich dann richtig gut an.

Bitte beachten: Je nach Federbeinart hat der Aeris Swopper eine Belastungsgrenze von 35 – 50 kg oder 50 – 120 kg.

Hinweise: Der Aeris Swopper mit Lehne und Federbein Low (Swopper Work) entspricht der DIN EN 1335.

Aeris Swopper Air: Spezieller Sitzträger mit High-Tech-Polsterung und klimaaktivem Bezug für federweichen Sitzkomfort, atmungsaktives, druck- und thermoreguliertes Sitzen.

# Tips

01. Make sure the opening of the foot ring faces your desk.

02. Use all 3 settings and make sure you adjust the side movement every now and again.

03. The curved seat shape can initially cause the seat to feel “hard”. This may feel a little strange at first. However, after two weeks at most your muscles will be so strong that they will naturally support your spine and encourage a healthy sitting posture, which will feel great.

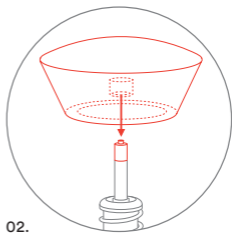
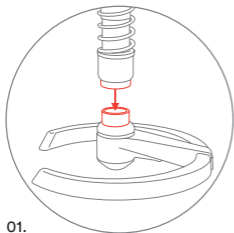
Please note: Depending on the spring strut type, the Aeris Swopper has a maximum load of 35 – 50 kg or 50 – 120 kg.

Information: As it features a backrest and spring strut type Low (Swopper Work), the Aeris Swopper complies with DIN EN 1335.

Aeris Swopper Air: The special seat carrier with high-tech upholstery and a climate-regulating cover provides feather-soft seating comfort, breathable, pressure and thermoregulated sitting – as if on air.

# Montage

01. Das Federbein in den Fußring stecken.
02. Dann den Sitz auf die Gasdruckfeder stecken.
03. Platz nehmen und kräftig „swoppen“  
(auf- und niederfedern, ca. 10 x). Lächeln! 😊





# Assembly

01. Insert the spring strut into the foot ring.
02. Insert the seat onto the gas spring.
03. Take a seat and start swopping  
(move up and down around 10 times). Enjoy! 😊

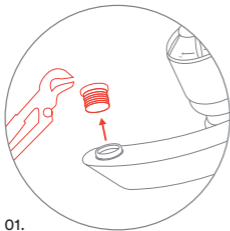
# Gleiter

Metallgleiter: für textile Böden.

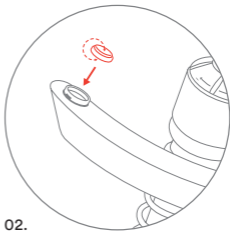
Filzgleiter: für glatte Böden (Fliesen, Parkett, PVC u. ä.).

01. Gleiter-Wechsel: Den Aeris Swopper auf den Kopf stellen und die Gleiter mit einer Zange herausziehen.

02. Die passenden Gleiter einsetzen und fest hineindrücken.



01.



02.

# Glides

Metal glides: for textile flooring.

Felt glides: for smooth flooring (tiles, parquet, PVC, etc.).

01. Changing the glides: Turn the Aeris Swopper upside down and remove the glides with pliers.

02. Insert the relevant glides and firmly press them into place.

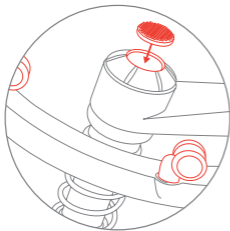
# Rollen

Weichboden-Rollen: Teppich, PVC, Filz, o. ä.

Hartboden-Rollen: Fliesen, Parkett, Laminat o. ä.

Bei Verwendung auf glatten, harten Böden (Parkett, Stein, etc.) bitte den beiliegenden Aeris Swopper Grip gegen ungewolltes Wegrutschen verwenden.

Dazu den Aeris Swopper auf den Kopf stellen und die schwarze Kappe unter der Mittelsäule gegen den hellen Aeris Swopper Grip austauschen.



# Castors

Soft floor castors: carpet, PVC, felt, etc.

Hard floor castors: tiles, parquet, laminate, etc.

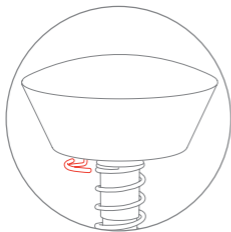
Use the included Aeris Swopper rubber cap to prevent unintended slipping on smooth, hard floors (parquet, stone, etc.).

Turn the Aeris Swopper upside down and replace the black cap under the centre column with the light rubber cap.

# Einstellung

## Höhenverstellung

Mit dem Hebel unter dem Sitz lässt sich die Höhe stufenlos verstellen. Der Kniewinkel sollte etwas mehr als  $90^\circ$  betragen.



# Settings

## Height adjustment

Use the lever under the seat to freely adjust the height. The angle of the user's knee should be slightly over 90°.

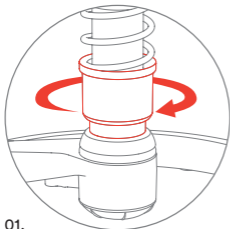
# Einstellung

## Federspannung

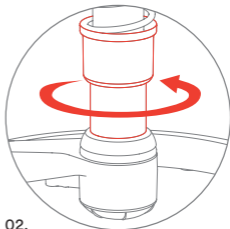
Das vertikale Schwingen lässt sich regulieren – je nach Gewicht der Be-Sitzer und passend zu ihrer Bewegungsfreude. Optimal ist ein weiches Schwingen ohne „aufzusitzen“.

01. Zur Einstellung: Manschette am Federbein nach links drehen – für mehr Schwingen oder für leichte Personen.

02. Manschette nach rechts drehen – für reduziertes Schwingen bzw. höheres Gewicht.



01.



02.



# Settings

## Spring tension

The vertical movement can be adjusted to suit the user's weight and requirements. Soft movements without the need to "sit up" are optimal.

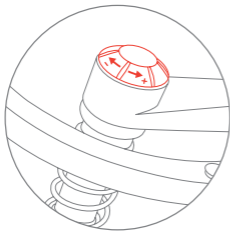
01. Note regarding adjustments: Turn the cuff on the spring strut to the left for increased movement or for light users.
02. Turn the cuff on the spring strut to the right for reduced movement or heavier users.

# Einstellung

## Seitliche Flexibilität

Je weicher die Einstellung, desto mehr wird die Muskulatur gefordert. Wir empfehlen, die Flexibilität am Anfang eher reduziert einzustellen und später so beweglich wie möglich zu sitzen.

Einstellung: Den Aeris Swopper auf den Kopf stellen und das Handrad in Richtung (+) oder (-), bzw. soft oder hard drehen.



# Settings

## Sideways movement

The softer the setting, the more muscles are required. We recommend setting the movement to a reduced level initially then gradually increasing the movement as much as possible after continued use.

Settings: Turn the Aeris Swopper upside down and turn the handwheel in the direction (+) or (-) i. e. soft or hard.

## Demontage

Die Demontage ist nur im Werk möglich (Spezialwerkzeug erforderlich). Austausch und Arbeiten an der Gasdruckfeder dürfen nur durch eingewiesenes Fachpersonal vorgenommen werden.

## Pflege

Alle Pflegehinweise online auf [www.aeris.de/swopper](http://www.aeris.de/swopper).

## Garantie

Wir gewähren eine Garantiezeit von insgesamt drei Jahren ab Kaufdatum bei Direkterwerb vom autorisierten Aeris Fachhändler oder über unseren Online-Shop. Mehr zu den Garantiebedingungen online auf [www.aeris.de/garantie](http://www.aeris.de/garantie).

## Disassembly

Please note that the Aeris Swopper can only be disassembled in the factory (special tools are required). Work on or replacement of the gas spring must be carried out only by trained specialists.

## Care

Please find all of the care instructions online at [www.aeris.de/en/swopper](http://www.aeris.de/en/swopper).

## Warranty

We grant a total warranty period of three years from the date of purchase if the Aeris Swopper is purchased directly from an authorised Aeris specialist dealer or from our online shop. For more information on the warranty conditions, please visit [www.aeris.de/warranty](http://www.aeris.de/warranty).

# Zertifikate

## Certificates



[www.tuv.com](http://www.tuv.com)  
ID 0000043485



Aeris GmbH  
Hans-Stießberger-Straße 2a  
85540 Haar bei München  
Deutschland

+49 (0)89/90 05 06-0  
info@aeris.de  
www.aeris.de