

Der Vielseitige

sorgt automatisch für besten Sitz bei jedem Körpergewicht!

In Ihrem Alltag müssen Sie viel teilen, sich anpassen, abwägen. Es geht aber auch anders: Die Drehstühle von my-self lassen Sie immer optimal und aktiv sitzen! Jedes Mal, wenn Sie Platz nehmen!

The versatile chair | automatically ensures the ideal posture whatever your weight!

Sharing, adapting and weighing up your options are part of everyday life. However, there is another way. The swivel chairs in the my-self range actively ensure the optimum posture when sitting – every time you sit down!



Benutzerfreundlich durch automatische oder individuelle Körpergewichtsanpassung mit einem dynamisch synchronen Bewegungsablauf, auch für besonders kleine oder große Personen geeignet | **individuell** für alle Bereiche adaptierbar durch drei Gestaltungskonzepte: Membran, Netz und Polster | **nachhaltig** durch ökologieorientierte Herstellung aus sortenreinen oder recycelten Materialien, die zu 99% wieder recycelt werden können.

User friendly thanks to automatic body weight adjustment with a dynamically synchronised movement process, also suitable for particularly large or small people | can be individually configured to suit any situation thanks to three design concepts: membrane, mesh and upholstered | sustainable environmentally-friendly design using homogeneous or recovered materials which are 99% recyclable.

Design: Dauphin Design-Team



Benutzerfreundlich: dynamisch synchroner Bewegungsablauf mit automatischer oder individueller Körpergewichtsanpassung

Ihr Bürostuhl für jede Situation. Modular und individuell in Design und Funktion. Dank der Ergonomiefunktionen wie Sitztiefen- und Sitzneigeverstellung passen sich die my-self-Modelle problemlos auf die individuellen Anforderungen des jeweiligen Be-Sitzers an und sind somit auch für besonders kleine oder große Personen geeignet.

Das heißt für Sie: Optimales Sitzen mit nur wenigen Handgriffen!

User-friendly: Dynamic synchronous movement process with automatic or individual body weight adjustment.

Your office chair for any situation, modular and individual in terms of design and functions. Thanks to the ergonomic functions such as seat-depth and seat-tilt adjustment, the my-self models effortlessly adjust to the user's individual requirements, making them suitable even for particularly small or large people.

This means you can achieve the **optimum posture without having to lift a finger.**



Benutzerfreundlich: Sekundenschnelle Einstellung des Rückenlehnengegendrucks

Automatisch oder individuell – sowohl die Syncro-Automatic®-Technik mit automatischer Körpergewichtsanpassung als auch die Synchrontechnik Syncro-Quickshift® mit einer Schnellverstellung des Rückenlehnengegendrucks sind besonders für Schicht- und Wechselarbeitsplätze geeignet.

So werden sie den individuellen Bedürfnissen gerecht, der Be-Sitzer sitzt körpergerecht und damit gesund.

User-friendly: the backrest counterpressure can be set in a second

Automatic or individual – both the Syncro-Automatic® mechanism with automatic bodyweight adjustment and the Syncro-Quickshift® synchronous mechanism with rapid adjustment of the backrest counterpressure are particularly suitable for shift and shared workstations.

They meet individual needs and the user sits in a healthy way with the correct posture.

have a seat ...

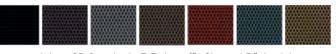
... and be yourself!

Runner: B/Web M



Atmungsaktives 3D-Gewebe in 8 Farben, für Sitz und Rückenlehne. Breathable 3D fabric with 8 colours, available for seat and backrest.

Omega: B/Web O



Atmungsaktives 3D-Gewebe in 7 Farben, für Sitz und Rückenlehne. Breathable 3D fabric with 7 colours, available for seat and backrest.





Individuell: mit mehr als 500.000 Möglichkeiten!

Der Gestaltungsfreiheit sind mit my-self praktisch keine Grenzen gesetzt: Mit zwei Rückenlehnenvarianten in zwei Höhen (plus Nackenstütze), vier Mechaniken, zwei Fußkreuzen und drei Armlehnentypen sowie weiteren Ausstattungsoptionen können in Kombination mit Stoffen in vier Preisgruppen mit über 140 Farben mehr als 500.000 Modellvarianten gebildet werden.

Da bleiben keine Wünsche offen.

More than 500,000 individual possibilities!

With my-self there are almost no limits on the freedom of design: With two backrest versions available in two heights (plus neckrest), four mechanisms, two bases and three armrest types as well as further finish options, it is possible, in combination with fabrics in four price groups with over 140 colours, for more than 500,000 different models to be created.

Every wish is catered for here.

my-self: für mehr Farbe im Office.

Gezielt eingesetzte Farbakzente und Farbkombinationen motivieren und steigern die positive Energie am Arbeitsplatz. my-self bringt uni oder zweifarbig, passend zum Corporate Design, nicht nur frischen Wind ins Büroambiente, sondern gibt dem Raum ein unverwechselbares und individuelles Gesicht.

Aufgrund der offenen, dreidimensionalen Konstruktion bieten die Bezugsstoffe Runner/Web M und Omega/Web O optimale Luftzirkulation für eine atmungsaktive Rückenlehne. Die formstabile und strapazierfähige Netzkonstruktion unterstützt eine optimale Feuchtigkeits- und Wärmeregulierung.

my-self: For more colour in the office.

Splashes and combinations of colours which are used deliberately provide motivation and boost the positive energy at the workplace. my-self not only delivers a breath of fresh air to the office environment, in one or two colours, matching the corporate design, but also gives the space an unmistakeable and individual guise.

Thanks to the open, three-dimensional design, the fabrics Runner/Web M and Omega/Web O deliver optimum circulation of air for a breathable backrest. The dimensionally stable and hard-wearing mesh design supports optimum regulation of heat and moisture.

be yourself ...

... and colour your my-self!



Nachhaltig:

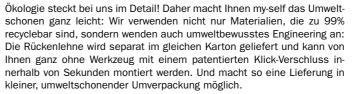
ökologieorientierte Herstellung aus sortenreinen oder recycelten Materialien. Die verwendeten Materialien sind zu 99% recyclebar.

Sustainable:

Environmentally-friendly design using homogeneous or recovered materials. The materials used are 99% recyclable.











At Trendoffice, ecological issues are a key consideration! my-self therefore makes it easy to protect the environment. Not only do we use materials which are 99% recyclable, we also operate a policy of environmentally-friendly engineering. The backrest is supplied separately in the same carton and features a patented click fastener allowing you to assemble it without tools within seconds. As a result, the chairs can be delivered in small, eco-friendly packaging.

keep it simple ...

... and think big!





Drehstuhl mit mittelhoher, atmungsaktiver Netz-Rückenlehne (55 cm) in Web M (Runner), die in acht attraktiven Farben erhältlich ist. Benutzerfreundlich ausgestattet mit der intelligenten Syncro-Automatic®plus Mechanik mit automatischer Körpergewichtsanpassung inklusive Sitzneige- und Sitztiefenverstellung.

Swivel chair featuring a medium-high, breathable mesh backrest (55 Swivel chair with a high mesh backrest (62 cm) in Web M (Runner). cm) which is upholstered in Web M (Runner), which is available in eight attractive colours. It has user-friendly features with the intelligent Syncro-Automatic® -plus mechanism with automatic bodyweight adjustment including seat-tilt and seat-depth adjustment.



QS+ MY 78235 mesh + Armlehnen/Armrests 155

Drehstuhl mit hoher Netz-Rückenlehne (62 cm) in Web M (Runner). Die Syncro-Quickshift® -plus-Mechanik ermöglicht eine sekundenschnelle Einstellung des Rückenlehnengegendrucks (10 Stufen) und beinhaltet Sitztiefen- und dreifache Sitzneigeverstellung serienmäßig.

The Syncro-Quickshift® -plus mechanism makes it possible to set the backrest counterpressure (10 levels) in a matter of seconds and includes seat-depth and seat-tilt adjustment to three settings as standard.





Drehstuhlmit Kunststoff-Membran-Rückenlehne (55 cm) und komfortabler Polsterauflage. Die höhen- und breitenverstellbaren Armlehnen haben angenehm softe PU-Auflagen. Durch Optionen wie poliertes Aluminiumfußkreuz und hochwertige Bezugsstoffe bleiben keine Ausstattungswünsche

Swivel chair with plastic membrane backrest (55 cm) and comfortable **upholstered cushion.** The height and width-adjustable armrests have pleasantly soft PU pads. Options such as a polished aluminium base and high-quality upholstery fabrics allow you to choose exactly the



QS+ MY 77145 comfort (gepolstert | upholstered) + Armlehnen/Armrests 172

Drehstuhl mit hoher Kunststoff-Membran-Rückenlehne (62 cm) und komfortabler Polsterauflage. Die Ergo-Nackenstütze ist höhenverstellbar (7 cm) und bis zu 40° neigbar und sorgt für eine optimale Entlastung der Nacken- und Schultermuskulatur.

Swivel chair featuring a high plastic membrane backrest (62 cm) and comfortable upholstered cushion. The Ergo neckrest is height-adjustable (7 cm) and tiltable up to 40° to minimise strain on the neck and shoulder muscles.

QS+ MY 79235 Drehstuhl mit Syncro-Quickshift® -plus Mechanik.

Swivel chair with Syncro-Quickshift® -plus mechanism

AS+ MY 78205 Drehstuhl mit Syncro-Automatic® -plus Mechanik.

Swivel chair with Syncro-Automatic® -plus mechanism

MY 79110 Drehstuhl mit Syncro-Automatic® -Mechanik.

Swivel chair with Syncro-Automatic® mechanism

MY 79114 Drehstuhl mit Syncro-Automatic® und Sitztiefenverstellung (6 cm).

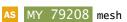


MY 77115 Drehstuhl mit Syncro-Automatic® -plus Mechanik. Swivel chair with Syncro-Automatic® -plus mechanism

Swivel chair with Syncro-Automatic® mechanism and







Counter-Drehstuhl mit atmungsaktiver **Netz-Rückenlehne (55 cm)**, die in acht attraktiven Farben erhältlich ist. Das Fußkreuz ist serienmäßig in hochwertigem Aluminium, schwarz oder optional poliert, auf Rollen oder Gleitern, erhältlich. Die lastabhängigen blockierenden Rollen (Abb.) sichern den Stuhl bei Belastung gegen unbeabsichtigtes Wegrollen.

Counter swivel chair with breathable **mesh backrest (55 cm)** available in eight attractive colours. The base is available in high-quality aluminium as standard, black or optionally polished, with castors or glides. The load-dependent locking castors (ill.) prevent the chair from accidentally rolling away when you put your weight on it.

AS MY 79118 comfort

Counter-Drehstuhl mit **Kunststoff-Membran-Rückenlehne (55 cm) und komfortabler Polsterauflage**. Der rutschhemmende, verchromte Fußring (Ø 53 cm) lässt sich einfach in der Höhe verstellen.

Counter swivel chair with plastic membrane backrest (55 cm) and comfortable upholstered cushion. The height of the non-slip chrome foot ring (Ø 53 cm) can easily be adjusted.



AS MY 79118 comfort

Counter-Drehstuhl mit Kunststoff-Membran-Rückenlehne (55 cm) und komfortabler Polsterauflage. my-self als Countermodell eignet sich ideal als Sitzlösung für Steh- und Kurzzeitarbeitsplätze. Durch lastabhängig blockierende Rollen ist der Stuhl bei Belastung gesichert und bei Entlastung frei beweglich.

Counter swivel chair with **plastic membrane backrest (55 cm) and comfortable upholstered cushion**. my-self as a counter swivel chair is the ideal seating solution for standing and short-time workstations. While using load-dependent locking castors the chair is prevented from accidentally rolling away and still movable in case of release.

Funktionen | Features

Fußring/Foot ring



Der Fußring lässt sich leicht und bedienerfreundlich durch ein Handrad in der Höhe verstellen. Der flache, verchromte Fußring gibt dem Be-Sitzer aufgrund seiner rutschhemmenden Eigenschaften jederzeit sicheren Halt.

Thanks to a user-friendly handwheel, the height of the foot ring can easily be adjusted. With its non-slip properties, the flat chrome foot ring ensures stability at all times.

Sitzhöhen/Seat heights

Für die my-self Countermodelle sind 2 verschiedene Sitzhöhen möglich:

- 48-65 cm (Gasfeder Code 62)
- 56-80 cm (Gasfeder Code 82; nur in Verbindung mit Gleitern oder lastabhängig blockierenden Rollen)

The my-self counter models are available with 2 different seat heights:

- 48-65 cm (gas unit code 62)
- 56-80 cm (gas unit code 82; only in conjunction with glides or with load-dependent locking castors)

FUNKTONEN EFATURES



















+ Armlehnen/Armrests 172

Rückenlehnen - Öffnungswinkel: 125°,

Synchronbewegung 4fach arretierbar

nised movement can be locked in 4

4F-Armlehnen, Armauflagen PU soft

4F armrests, soft PU armpads

Sitztiefenverstellung mittels

Schiebesitz (6 cm, 6fach arretierbar)

(6 cm, can be locked in 6 positions)

Sitzhöhenverstellung: stufenlos (43-55 cm) mit komfortabler.

mechanischer Sitztiefenfederung

(Standrohr verchromt, optional)

Seat-height adjustment: Infinite

(43-55 cm) with comfortable

bounce spring mechanism.

chrome base tube (optional)

Aluminium-Fußkreuz poliert

Polished aluminium base

(Ø 70 cm; optional)

(Ø 70 cm; optional)

Seat-depth adjustment using sliding seat

Backrest opening angle: 125°, synchro-



MY 77205 my-self mesh mit automatischer Körpergewichtsanpassung/ my-self mesh with automatic body-weight adjustment

Ergo-Nackenstütze: höhenverstellbar (7 cm) und bis zu 40° neigbar

Ergo neckrest: height-adjustable (7 cm) and tiltable up to 40°

Hohe, atmungsaktive Netz-Rückenlehne (62 cm) in Web O (Omega)

High, breathable mesh backrest (62 cm) which is upholstered in Web O (Omega)

Lumbalstütze, höhenverstellbar (6 cm, optional)

Lumbar support, height-adjustable (6 cm, optional)

Sitzneigeverstellung: dreistufig (-1°/-3,5°/-6°) zur Förderung einer aufrechten Sitzhaltung

Seat-tilt adjustment: three positions (-1°/-3.5°/-6°) to encourage an upright seated posture

Syncro-Quickshift® -plus: Schnellverstellung der Federkraft zur Einstellung des Rückenlehnengegendrucks auf das Körpergewicht (für ca. 50-125 kg)

Syncro-Quickshift® -plus: Rapid tension adjustment allows the backrest tension to be set to the user's bodyweight (for bodyweights of approx. 50-125 kg)

Große, leicht laufende Rollen (Ø 60 mm)

Large, easy-run castors (Ø 60 mm)

Armlehnen/Armrests



2F-Armlehnen: höhen- (10 cm) und werkzeuglos breitenverstellbar (5 cm, je Seite 2,5 cm). Auflagen PP: Code 152.

Auflagen PU soft: Code 155.

2F armrests: Height (10 cm) and width-adjustable (5 cm, 2.5 cm on each side) without the use of tools. PP armpads: code 152.

Soft PU armpads: code 155.



3F-Armlehnen: höhen- (10 cm), werkzeuglos breiten-(5 cm) und tiefenverstellbar (4 cm), Auflagen PU soft, Code 156.

3F armrests: Height (10 cm), width (5 cm) and depth-adjustable (4 cm) without the use of tools, soft PU armpads, code 156.



4F-Armlehnen: höhen- (10 cm), werkzeuglos breiten-(5 cm), tiefenverstellbar (4 cm), beidseitig um 30° schwenkbar, Auflagen PU soft.

Armlehnenträger Kunststoff schwarz: Code 171. Armlehnenträger Aluminium poliert: Code 172.

4F armrests: Height (10 cm), width (5 cm) and depthadjustable (4 cm) without the use of tools, 30° swivel range on both sides, soft PU armpads. Black plastic armrest posts: code 171.

Polished aluminium armrest posts: code 172.



5F-Armlehnen (nur für my-self NPR):

höhen- (10 cm), werkzeuglos 3fach breiten- (15 cm, je Seite 7,5 cm), tiefenverstellbar (4 cm), radial schwenkbar um 360°, Auflagen PU soft, Armlehnenträger Kunststoff schwarz, Code 128.

5F armrests (for my-self NPR only):

Height-adjustable (10 cm), width-adjustable in 3 positions (15 cm, 7.5 cm on each side) and depthadjustable (4 cm) without the use of tools, 360° radial swivel range, black plastic armrest posts, code 128.

Optionen/Options



Lumbalstütze (Code 06): 6 cm höhenverstellbar (für my-self mesh; Standard für my-self NPR).

Lumbar support (code 06): Height-adjustable 6 cm (for my-self mesh; standard for my-self NPR).



Lumbalstütze (Code 06): 6 cm höhenverstellbar (für my-self comfort; Standard für my-self NPR).

Lumbar support (code 06): Height-adjustable 6 cm. (for my-self comfort; standard for NPR models).

Fußkreuze/Bases



Standard: Fußkreuz Typ F (Ø 70 cm), Kunststoff schwarz (RAL 9011), Rollen Ø 60 mm, Code 81.

Standard: Base type F (Ø 70 cm), black plastic (RAL 9011), castors Ø 60 mm, code 81.



Option: Fußkreuz Aluminium poliert, Code 01. Ohne Abb.: Fußkreuz Aluminium schwarz, Code 61.

Option: Polished aluminium base, code 01. Not illustrated: Aluminium base, black, code 61.



NPR-Version: Fußkreuz Typ J (Ø 74 cm), Kunststoff schwarz (RAL 9011), Rollen Ø 60 mm, Code 87.

NPR model: Base type J (Ø 74 cm), black plastic (RAL 9011), castors Ø 60 mm, code 87.

Mechaniken/Mechanisms

my-self synchron



Syncro-Quickshift®: Synchron-Mechanik mit Schnellverstellung der Federkraft, Synchronbewegung 4fach arretierbar. Dreistufige Sitzneigeverstellung (-1°/ -3,5°/-6°) serienmäßig.

Syncro-Quickshift®-plus: Wie Syncro-Quickshift®, jedoch zusätzlich mit Sitztiefenverstellung (6 cm) mittels Schiebesitz.

Syncro-Quickshift®: Synchronised mechanism with rapid tension adjustment, synchronised movement can be locked in 4 positions. Three-position seat-tilt adjustment (-1°/-3.5°/-6°) as standard.

Syncro-Quickshift®-plus: As Syncro-Quickshift®, only with additional seat-depth adjustment using sliding seat (6 cm).

my-self automatic



Syncro-Automatic®-Mechanik: Synchron-Mechanik mit automatischer, gewichtsgesteuerter Anpassung des Rückenlehnengegendrucks; individuell zweistufig voreinstellbar; Neigungswinkel der Rückenlehne 3fach begrenzbar, Rückenlehne in vorderster Position arretierbar, optional auch mit Sitztiefenverstellung (6 cm).

Syncro-Automatic® -plus-Mechanik: Wie Syncro-Automatic®, jedoch zusätzlich mit Sitztiefenverstellung (6 cm) mittels Schiebesitz sowie zweistufiger Sitzneigeverstellung (-1°/-6°).

Syncro-Automatic® -mechanism: Synchronised mechanism with automatic, weight-controlled adjustment of the backrest counterpressure; can be individually preset in two positions; backrest tilt angle can be set to 3 positions, backrest can be locked in the forwardmost position, optionally available with seat-depth adjustment (6 cm).

Syncro-Automatic® -plus mechanism: As Syncro-Automatic®, only with additional seat-depth adjustment using sliding seat (6 cm) and dual-position seat-tilt adjustment (-1°/-6°).

Nackenstütze/Neckrest



Ergo-Nackenstütze: höhenverstellbar (7 cm) und bis zu 40° neigbar (Option).

Ergo neckrest: height-adjustable (7 cm) and tiltable up to 40° (option).

Rückenlehnen/Backrests



Rückenlehne mit Kunststoff-Membran (rückseitig sichtbar) und Polsterauflage.

Backrest with plastic membrane (rear side visible) and upholstered cushion.



mesh: 100% Polyester

Rückenlehne mit atmungsaktivem 3D-Netzgewebe Web M (Runner) in 8 Farben. Web 0 (Omega) in 7 Farben

Backrest with breathable 3D-mesh fabric Web M (Runner) in 8 colours, Web O (Omega) in 7 colours





MY 79025 000 comfort

Vierbeiner mit attraktiver Kunststoff-Membran-Rückenlehne (37 cm) mit Freischwinger mit Kunststoff-Membran-Rückenlehne (37 cm) und vollum-Polsterauflage. Sitz vollumpolstert. Das 3fach stapelbare Gestell ist polstertem Sitz, Rückenlehne mit Polsterauflage. Das Gestell ist 3fach schwarz oder optional verchromt. Der Vierbeiner ist sowohl ohne als auch mit Armlehnen erhältlich

comfortable upholstered cushion for the backrest. Fully upholstered seat. The chrome frame is stackable up to 3-high and is optionally available in able up to 3-high. The cantilever chair too is available with or without black. The four-legged chair is available without or with armrests.

MY 79075 085 comfort

stapelbar. Auch der Freischwinger ist sowohl mit als auch ohne Armlehnen erhältlich.

Four-legged chair with attractive plastic membrane backrest (37 cm) and Cantilever chair with plastic membrane backrest (37 cm) and comfortable upholstered cushion for the seat and backrest. The frame is stackarmrests.



MY 79035 085 mesh

Vierbeiner mit atmungsaktiver Netz-Rückenlehne (39 cm), Sitz vollumpolstert. Das 4fach stapelbare Gestell ist schwarz oder optional verchromt. Der Vierbeiner ist sowohl mit als auch ohne Armlehnen erhältlich.

Four-legged chair with breathable mesh backrest (39 cm), with upholstered seat. The black frame is stackable up to 4-high and is optionally available in chrome. The four-legged chair is available with or without armrests.



MY 79085 085 mesh

Freischwinger mit atmungsaktiver Netz-Rückenlehne (39 cm), Sitz vollumpolstert. Das Gestell ist 2fach stapelbar. Auch der Freischwinger ist sowohl mit als auch ohne Armlehnen erhältlich.

Cantilever chair with breathable mesh backrest (39 cm), with upholstered seat. The frame is stackable up to 2-high. The cantilever chair too is available with or without armrests.

MY 79025 085 Vierbeiner mit vollumpolsterten Sitz und Rückenlehne mit Polsterauflage, mit Armlehnen.

Four-legged chair with fully-upholstered seat and upholstered cushion for the backrest, with armrests.

MY 79075 000 Freischwinger mit vollumpolsterten Sitz und Rückenlehne mit Polsterauflage. Cantilever with fully-upholstered seat and upholstered cushion for the backrest MY 79035 000 Vierbeiner mit Netz-Rückenlehne, ohne Armlehnen. Four-legged chair with mesh backrest, without armrests. MY 79085 000 Freischwinger mit Netz-Rückenlehne, ohne Armlehnen. Cantilever chair with mesh backrest, without armrests