

Richtlijnen om je werkplek in te stellen

Deze tabel kun je gebruiken om je stoel en bureau op de juiste hoogte in te stellen.

alle getallen in cm

Lichaamslengte	zitting	werkblad	armleuning	kijkafstand	beeldscherm
150	38	58	20	43	25
155	39	60	21	44	26
160	40	62	22	45	27
165	41	64	23	46	28
170	42	66	24	48	29
175	44	69	25	49	30
180	45	71	26	50	31
185	47	74	27	51	32
190	48	76	28	53	33
195	50	79	29	54	34