FOLLOW BENCH
299B

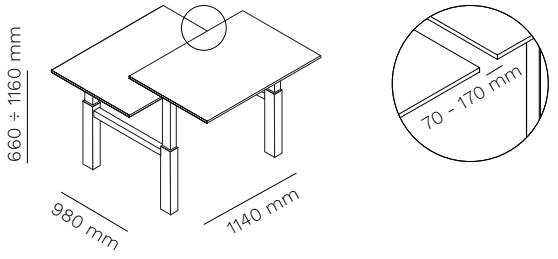
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow is a height-adjustable table that effortlessly and noiselessly adjusts to the user's posture and need.**
Two desktops joined together by a single powder coated steel frame and chromed height excursion column, each top with a height-adjustable metal handle.
A sound absorbing privacy panel is available to create two independent and yet dynamic work spaces.
Follow Bench that can be placed and moved anywhere: it is not connected to any cable as it does not need any electricity.

it Follow è il tavolo regolabile in altezza che permette di trovare in modo facile, veloce e silenzioso la giusta posizione.
Due piani scrivania uniti da un'unica struttura in metallo verniciato e colonna di escursione dell'altezza cromata, ciascun piano con maniglia di regolazione dell'altezza in metallo. Disponibili diversi accessori tra cui il pannello divisorio fonoassorbente in grado di creare due spazi di lavoro autonomi ma allo stesso tempo dinamici.
Follow Bench può essere disposto liberamente nella stanza non avendo bisogno di alcuna alimentazione elettrica.

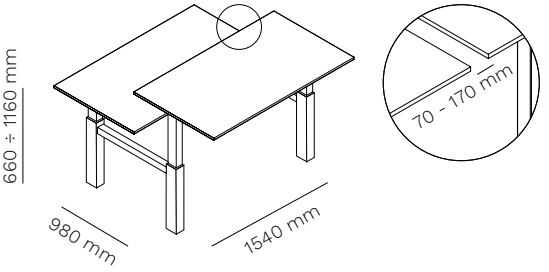
FOLLOW BENCH
sit-stand table
tavolo regolabile in altezza

299B Small



top
1200 - 1400 x 700 - 800 mm

299B Large



top
1600 - 1800 x 700 - 800 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.

Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

UNI EN 527-1:2011

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

adjustable height
altezza regolabile

fast
veloce

silent
silenzioso

no electricity
no elettricità

version standard
versione standard

4 LEGS + 2 BEAMS 4 GAMBE + 2 TRAVERSE	**2 pcs 31 Kg** / cad	**2 pcs 0,035 mc** / cad	**15 box** / 130 x 110 pallet
2 BEAMS 1200 - 1400 mm 2 TRAVERSE 1200 - 1400 mm	**2 pcs 4,5 kg** / cad	**2 pcs 0,025 mc** / cad	**45 box** / 160 x 100 cm pallet
2 BEAMS 1600 - 1800 mm 2 TRAVERSE 1600 - 1800 mm	**2 pcs 8,5 kg** / cad		

version with loading adjuster
versione con regolazione di portata

4 LEGS + 2 BEAMS 4 GAMBE + 2 TRAVERSE	**2 pcs 31 Kg** / cad	**2 pcs 0,035 mc** / cad	**15 box** / 130 x 110 pallet
2 BEAMS 1200 - 1400 mm 2 TRAVERSE 1200 - 1400 mm	**2 pcs 7,5 kg** / cad	**2 pcs 0,025 mc** / cad	**45 box** / 160 x 100 cm pallet
2 BEAMS 1600 - 1800 mm 2 TRAVERSE 1600 - 1800 mm	**2 pcs 11,5 kg** / cad		

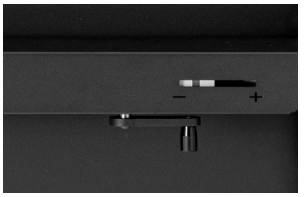
REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BENCH
299B

ACCESSORIES / ACCESSORI

299FTI



beam with loading adjuster
traversa con regolazione di portata

299FZ



counter balance kit (2 zavorre 1,2 kg/cad.)
counter balance kit
(2 x 1,2 kg ballasts)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with multifunctional sockets
passacavi con prese multifunzione

PASD60



multifunctional sockets Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

PASD80



multifunctional sockets with wireless charging Ø 80 mm
prese multifunzione con ricarica wireless Ø 80 mm

299KIT



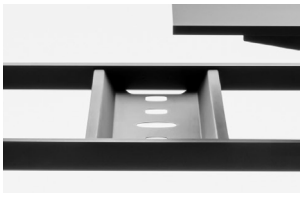
supports for sound-absorbing panel
supporti per fissaggio pannello fonoassorbente

299BP



sound-absorbing panel
pannello fonoassorbente

299BV



cable tray
vasca porta cavi

215V



cable tray to fix under top (3 kg)
vasca porta cavi fissaggio sotto piano (3 kg)

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on castors
cassettiera mobile su ruote

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BENCH
299B

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

height excursion column
colonna di escursione dell'altezza



eco chrome
cromo ecologico

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BENCH
299B

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble
marmo bianco


grey marble
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose
rose

yellow
giallo


light blue
azzurro


green
verde

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299B Small

> Follow Bench Small has a height range of 500 mm

> Excluding the table tops it has a minimum height of 660 mm and a maximum of 1160 mm, in compliance with UNI EN 527 European standard, with a 20 mm thick top.

> Follow Bench Small can be used with table tops from 1200 mm to 1400 mm wide and from 700 mm to 800 mm deep.

> The table frame (1140x980 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 23 and 31 kg by post/top.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled:
E.g. when using a 14 kg table top, at least 9 kg accessories weight (computer, telephone, etc.) are required to reach the optimal operating range, while it is not recommended to load more than 17 kg.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, fitting the “counter-balance kit” will be able to reduce from 1,2 to 9,6 kg the upwards thrust allowing the optimal operating range of each tops.
For further information please contact our Customer Service.

> If a heavier top is to be mounted or additional loading is planned (computer, telephone, etc.), the upward thrust can be increased from 1,2 to 7,2 kg by removing six pre-mounted ballasts in the beam.
For further information please contact our Customer Service.

> The beam with loading adjuster (optional), offers the possibility of further increasing the upward thrust from 0 to 10 kg.

Bench Small	min	max
height range (mm)	500	
frame height (mm)	660	1160
table top width (mm)	1200	1400
table top depth (mm)	700	800
table top weight + accessories recommended weight (kg)	23	31 / 41 *
counter-balance kit pre-assembled (kg)	-1,2	-7,2
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* maximum weight for the version with loading adjuster

** optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		1200 mm	1300 mm	1400 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	700 mm	11 kg **	12 kg **	12 kg **	23	31 / 41 *
	800 mm	12 kg **	13 kg **	14 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	700 mm	14 kg	15 kg	16 kg		
	800 mm	15 kg	17 kg	18 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	700 mm	13 kg **	14 kg	15 kg		
	800 mm	15 kg	16 kg	17 kg		
LAMINATE TOP 27 mm	700 mm	17 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	23 kg		

*** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

** maximum weight for the version with loading adjuster*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299B Large

> Follow Bench Large has a height range of 500 mm.

> Excluding the table tops it has a minimum height of 660 mm and a maximum of 1160 mm. Certified UNI EN 527 with a 20 mm thick top.

> Follow Bench Large can be used with table tops from 1600 mm to 1800 mm wide and from 700 mm to 800 mm deep.

> The table frame (1540x980 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weights) between 30 and 38 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled:
E.g. when using a 17 kg table top, at least 13 kg accessories weight (computer, telephone, etc.) are required to reach the optimal operating range, while it is not recommended to load more than 21 kg.

> The beam with loading adjuster (optional), offers the possibility of further increasing the upward thrust from 0 to 10 kg.

Bench Large	min	max
height range (mm)	500	
frame height (mm)	660	1160
table top width (mm)	1600	1800
table top depth (mm)	700	800
table top weight + accessories recommended weight (kg)	30	38 / 48 *
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* maximum weight for the version with loading adjuster

** optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		1600 mm	1700 mm	1800 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	700 mm	14 kg **	15 kg **	16 kg	30	38 / 48 *
	800 mm	16 kg	17 kg	18 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	700 mm	18 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	21 kg	22 kg	23 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	700 mm	17 kg	18 kg	19 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	22 kg		
LAMINATE TOP 27 mm	700 mm	23 kg	24 kg	26 kg		
	800 mm	26 kg	28 kg	29 kg		

*** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

** maximum weight for the version with loading adjuster*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BENCH
299B

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

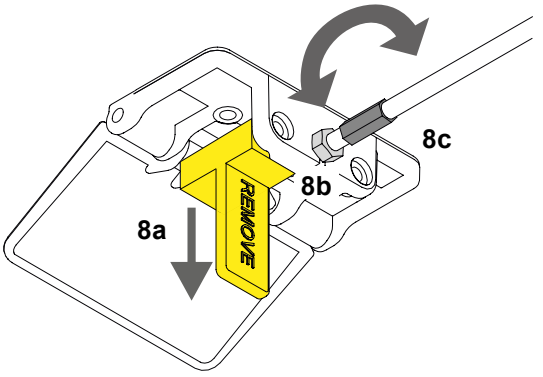
FIRST USE:

A. Remove the safety-spacer from the adjustment handle (8a).

ONLY IF NECESSARY:

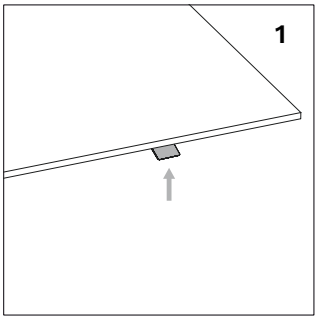
A. Unscrew the nut (8b) and adjust the handle cable (8c): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (8b) after adjusting the cable tension of the handle (8c).



DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299B Small

> Follow Bench Small ha un'escursione in altezza di 500 mm.

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 660 mm e una massima di 1160 mm, ed è conforme alla normativa Europea UNI EN 527 con un piano spessore 20 mm.

> Follow Bench Small può montare piani da 1200 mm a 1400 mm di larghezza e da 700 mm a 800 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (1140x980 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 23 e i 31 Kg per postazione/piano.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare:
Es. in caso di utilizzo di un piano di 14 Kg, sono necessari almeno 9 Kg di peso accessori (computer, telefono, ecc.) per raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale, mentre è sconsigliato caricare più di 17 kg.

> Se è previsto l'utilizzo di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, il montaggio dell'accessorio "counter-balance kit" può ridurre da 1,2 a 9,6 kg la spinta verso l'alto, permettendo di raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> Se è previsto il montaggio di un piano più pesante o è previsto di caricare ulteriormente il piano di lavoro (computer, telefono, ecc.), è possibile aumentare da 1,2 a 7,2 kg la spinta verso l'alto rimuovendo sei zavorre premontate nella traversa.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> La trave con regolazione di portata (opzionale), offre la possibilità di aumentare ulteriormente, la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.

Bench Small	min	max
escursione altezza (mm)	500	
altezza telaio (mm)	660	1160
larghezza piano (mm)	1200	1400
dimensioni piano (mm)	700	800
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	23	31 / 41 *
counter-balance pre-montato (kg)	-1,2	-7,2
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* peso massimo versione con regolazione di portata

** opzionale

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		1200 mm	1300 mm	1400 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	700 mm	11 kg **	12 kg **	12 kg **	23	31 / 41 *
	800 mm	12 kg **	13 kg **	14 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	700 mm	14 kg	15 kg	16 kg		
	800 mm	15 kg	17 kg	18 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	700 mm	13 kg **	14 kg	15 kg		
	800 mm	15 kg	16 kg	17 kg		
PIANO IN LAMINATO SP 27 mm	700 mm	17 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	23 kg		

*** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

** Peso massimo versione con regolazione di portata*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299B Large

> Follow Bench Large ha un'escursione in altezza di 500 mm..

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 660 mm e una massima di 1160 mm. Certificato UNI EN 527 con un piano spessore 20 mm.

> Follow Bench Large può montare piani da 1600 mm a 1800 mm di larghezza e da 700 mm a 800 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (1540x980 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 30 e i 38 Kg per postazione/piano.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso dei piani da montare:
Es. in caso di utilizzo di piani di 17 Kg, sono necessari almeno 13 Kg di peso accessori (computer, telefono, ecc.) su ciascun piano per raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale, mentre è sconsigliato caricare più di 21 kg.

> La trave con regolazione di portata (opzionale), offre la possibilità di aumentare ulteriormente, la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.

Bench Large	min	max
escursione altezza (mm)	500	
altezza telaio (mm)	660	1160
larghezza piano (mm)	1600	1800
dimensioni piano (mm)	700	800
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	30	38 / 48 *
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* peso massimo versione con regolazione di portata

** opzionale

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		1600 mm	1700 mm	1800 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	700 mm	14 kg **	15 kg **	16 kg	30	38 / 48 *
	800 mm	16 kg	17 kg	18 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	700 mm	18 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	21 kg	22 kg	23 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	700 mm	17 kg	18 kg	19 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	22 kg		
PIANO IN LAMINATO SP 27 mm	700 mm	23 kg	24 kg	26 kg		
	800 mm	26 kg	28 kg	29 kg		

*** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

** peso massimo versione con regolazione di portata*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BENCH
299B

ISTRUZIONI D’USO

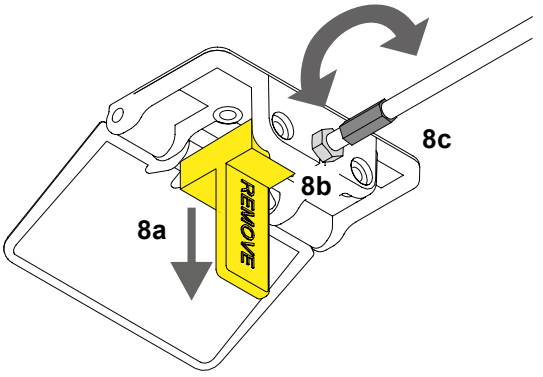
AL PRIMO UTILIZZO:

A. Rimuovere il distanziale di sicurezza inserito nella maniglia di regolazione (8a).

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (8b) e regolare il cavo della maniglia (8c): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (8b) una volta regolata la tensione del cavo (8c).



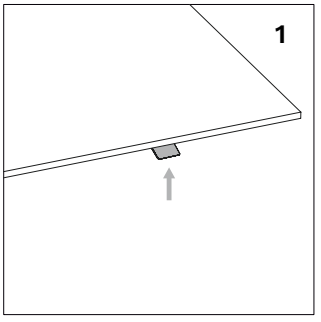
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d’utilizzo sulla maniglia di regolazione e l’altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all’altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell’utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi “solo se necessario”).

4. Raggiunta l’altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall’azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

ACOUSTIC PANEL
PANNELLO FONOASSORBENTE

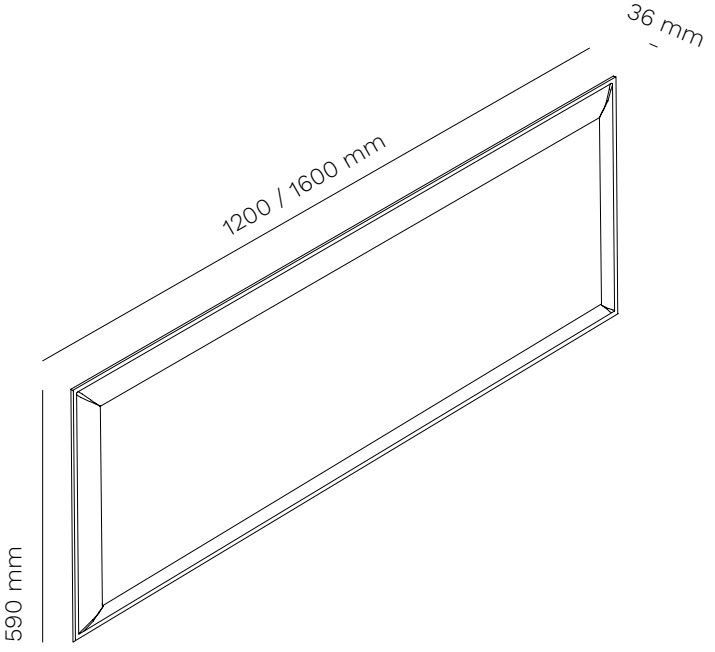
299BP

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **The sound-absorbing panel made with Snowsound technology is an excellent solution for dividing worktops by creating a visual barrier and optimising acoustic comfort.**
Application to the surface using special clamps.
The panel has an Italian Class1 fire reaction and Euroclass B-s2, d0. The panel is 100% recyclable and has no detectable formaldehyde content according to UNI EN 717-2.
The panel has been tested in reverberation chamber according to UNI EN ISO 354 and obtained “Acoustic Absorption Class A”, in accordance with UNI EN ISO 11654.

it Il pannello fonoassorbente realizzato con la tecnologia Snowsound è un’ottima soluzione per suddividere i piani di lavoro creando una barriera visiva ed ottimizzando il comfort acustico.
Applicazione al piano mediante appositi morsetti.
Il pannello ha Classe1 Italia di reazione al Fuoco ed Euroclass B-s2, d0. Il pannello è riciclabile al 100% e ha un contenuto di formaldeide non rilevabile secondo la norma UNI EN 717-2.
Il pannello è stato testato in camera riverberante secondo la norma UNI EN ISO 354 ed ha “Classe di Assorbimento Acustico A”, in accordo con la norma UNI EN ISO 11654.





GREENGUARD
PRODUCT CERTIFIED FOR LOW CHEMICAL EMISSIONS
UL.COM/GG
UL 2818
GOLD

100% POLYESTER

Sound Absorbing

fire-retardant fabric
tessuto ignifugo

8004 8007 2005 8033 3008 7004 6071 4027

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

FOLLOW BENCH
299B

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV022025

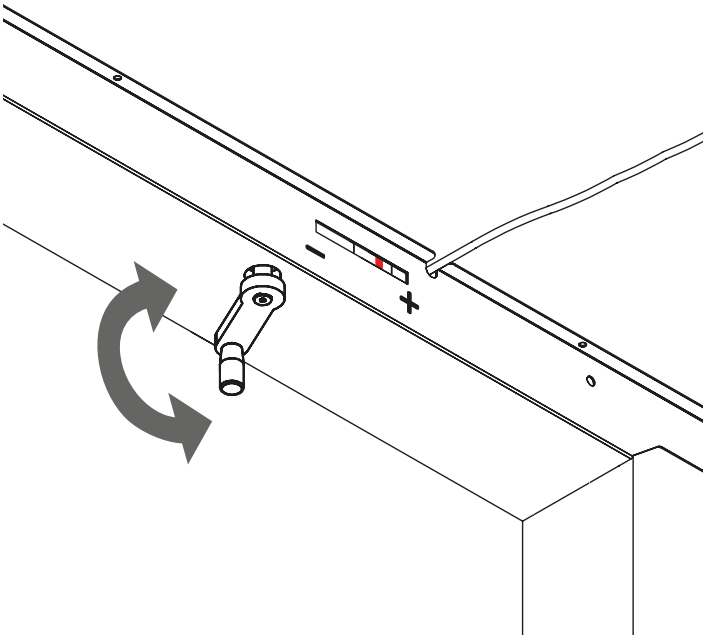
MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

BEAM WITH LOADING ADJUSTER
TRAVERSA CON REGOLAZIONE DI PORTATA

299FTI

INSTRUCTIONS FOR PROPER USE

The beam with loading adjuster offers the possibility of further increasing the thrust upward from 0 to 10 kg.



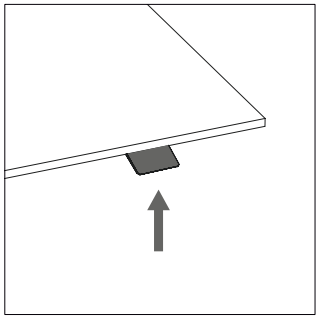
DAILY USE:

1. Place everything you need on the desk.

2. if the table tends to descend while using the the handle (fig.1), turn the lever counter-clockwise to increase the thrust upward. (the red marker will move towards the '+' sign).

3. if the table tends to rise while using the the handle (fig.1), turn the lever clockwise to decrease the thrust upward. (the red marker will move towards the '-' sign).

fig. 1



ATTENTION
Any part of all preassembeld components, supplied by the company, cannot be disassembled unless this is done by Mara staff. The assembling and disassembling of this table must be carried out by skilled fitters following the instructions carefully.

REV022025

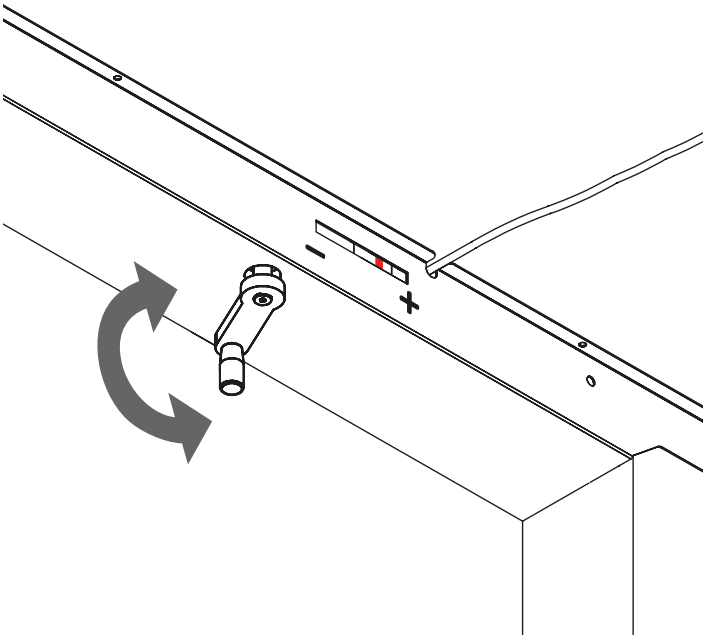
MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

BEAM WITH LOADING ADJUSTER
TRAVERSA CON REGOLAZIONE DI PORTATA

299FTI

ISTRUZIONI D'USO

La trave con regolazione di portata offre la possibilità di aumentare ulteriormente la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.



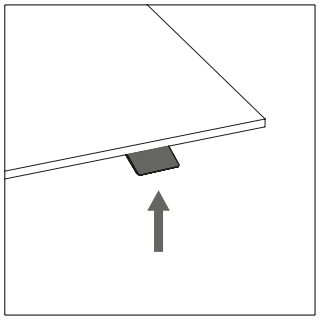
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare tutto il necessario sulla scrivania.

2. se il tavolo tende a scendere quando azionate la maniglia (fig.1), girare la leva in senso anti-orario per aumentare la spinta verso l'alto. (l'indicatore rosso si sposterà verso il segno "+").

3. se il tavolo tende a salire quando azionate la maniglia (fig.1), girare la leva in senso orario per diminuire la spinta verso l'alto. (l'indicatore rosso si sposterà verso il segno "-").

fig. 1



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

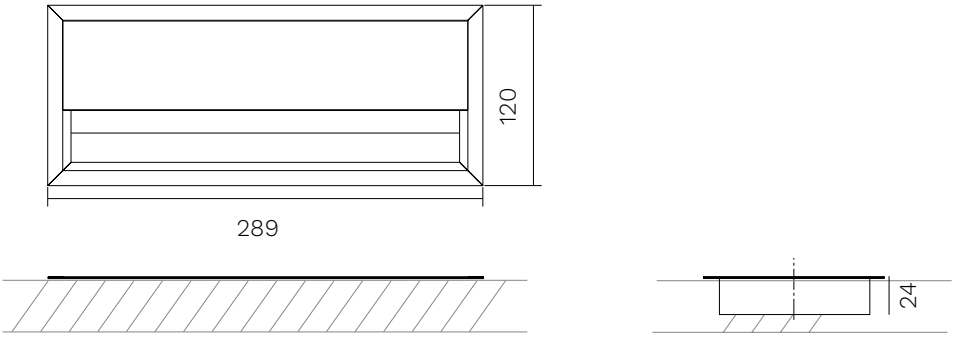
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

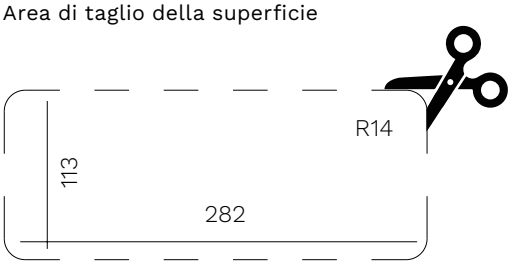
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

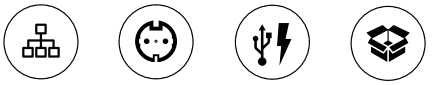
TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

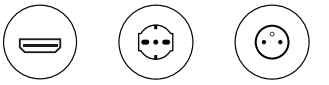
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

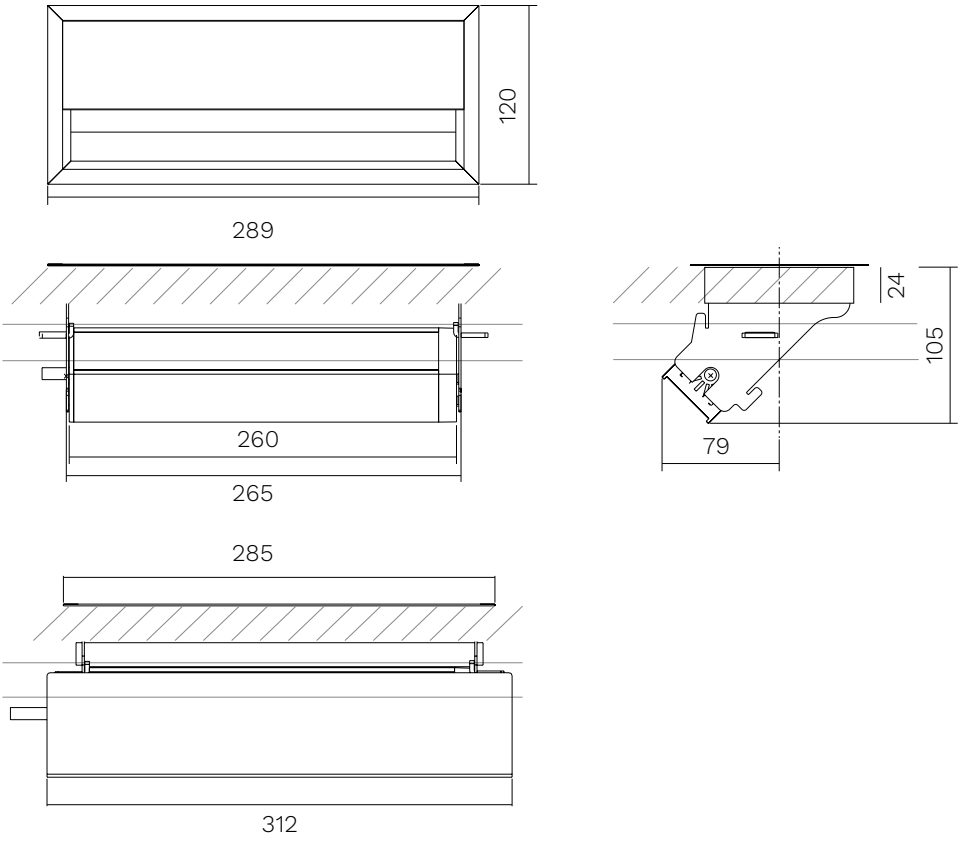
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.



Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

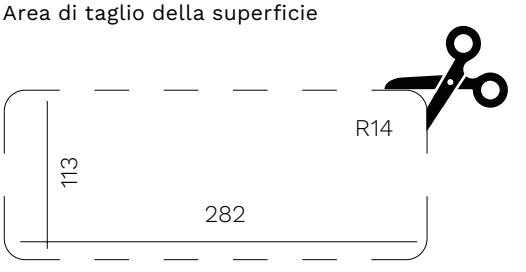


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata



Surface cut-out area

Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

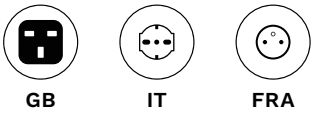
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

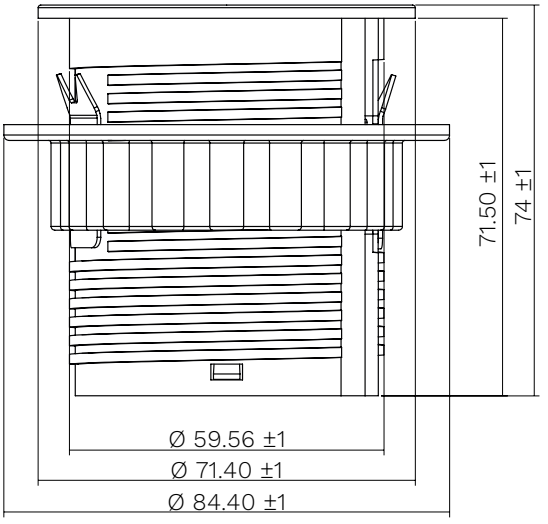
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

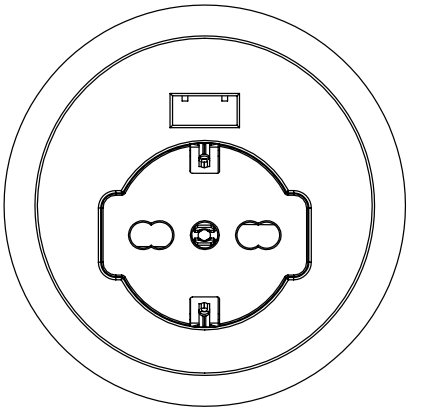


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

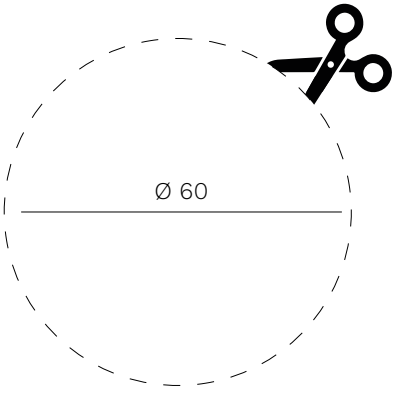


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

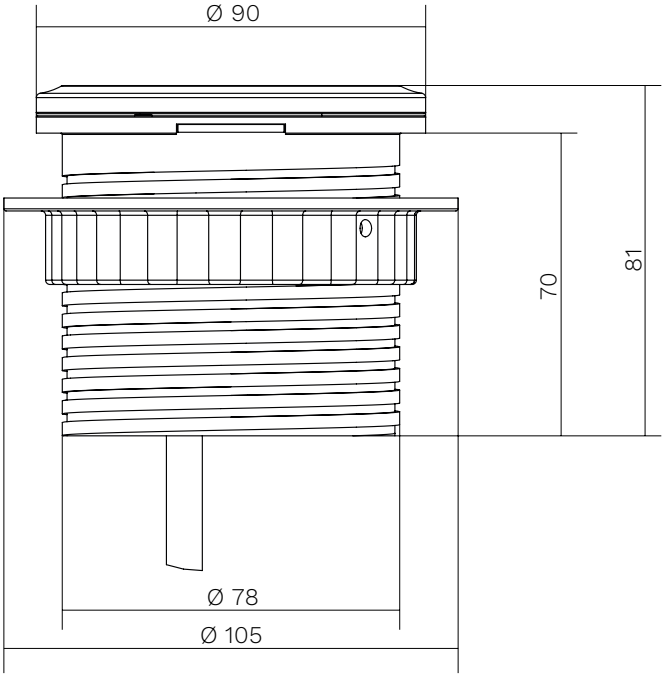
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

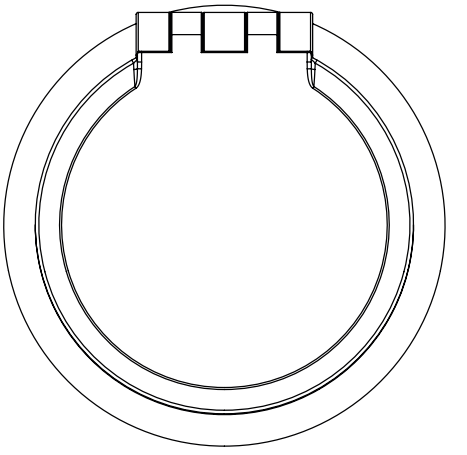
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

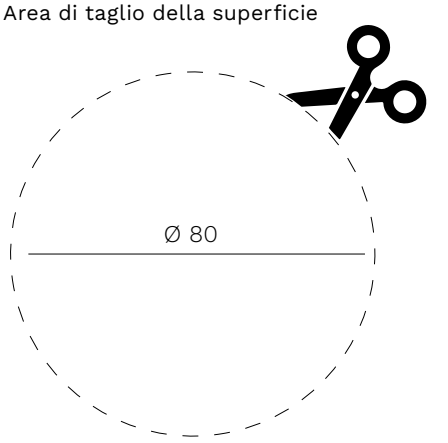
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND
299K / 299K50

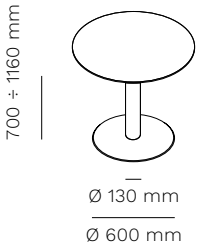
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Height-adjustable table with integrated and patented mechanical system, which allows to quickly and quietly find the right position. Height-adjustable metal handle.**
Follow Break can be placed freely in the room without need of any electricity.

it Tavolino regolabile in altezza con sistema meccanico integrato e brevettato, che permette di trovare in modo facile, veloce e silenzioso la giusta posizione. Maniglia di regolazione dell'altezza in metallo.
Follow Break può essere disposto liberamente nella stanza non avendo bisogno di alcuna alimentazione elettrica.

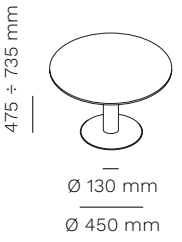
FOLLOW BREAK ROUND
sit-stand table
tavolo regolabile in altezza

299K



top
Ø 700 - 1100 mm
800 - 1000 x 800 - 1000 mm

299K50 Lounge



top
Ø 700 - 1100 mm
800 - 1000 x 800 - 1000 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.
Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

adjustable height
altezza regolabile

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

no electricity
no elettricità

299K

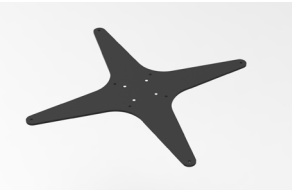
1 BASE 1 BASE	**22 Kg**	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 UNDER-TOP CROSS 1 CROCIERA	**7 kg**	**1 pc** 0,0058 mc	
1 COLUMN 1 COLONNA	**18 kg**	**1 pc** 0,078 mc	**12 pcs** / EU pallet

299K50 Lounge

1 BASE 1 BASE	**13 Kg**	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 UNDER-TOP CROSS 1 CROCIERA	**7 kg**	**1 pc** 0,0058 mc	
1 COLUMN 1 COLONNA	**18 kg**	**1 pc** 0,078 mc	**12 pcs** / EU pallet

ACCESSORIES / ACCESSORI

299KZ



counter-balance kit (1 x 3 kg ballast)
counter-balance kit
(1 zavorra da 3 kg)

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND
299K / 299K50

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



819
textured
raggrinzato
RAL 8019



420
textured
raggrinzato



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

height excursion column
colonna di escursione dell'altezza



eco chrome
cromo ecologico

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND
299K / 299K50

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio
chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble
marmo
bianco


grey marble
marmo
grigio


graphite marble
marmo
grafite


black marble
marmo
nero


whitened oak
rovere
sbiancato


natural oak
rovere
naturale


grey oak
rovere
grigio


black oak
rovere
nero


walnut
noce


rose
rose

yellow
giallo


light blue
azzurro


green
verde

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio
chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere
sbiancato


natural oak
rovere
naturale


grey oak
rovere
grigio


black oak
rovere
nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299K / 299K50

> Follow Break 299K has a height range of 460 mm.

> Follow Break 299K50 has a height range of 260 mm.

> Follow Break 229K/299K50 can be used with table tops from Ø 700 mm to Ø 1100 mm.

> The table frame (Ø 600 or Ø 450 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 14 and 18 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce 3 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement. A second counter-balance kit can be installed to reduce the weight by a further 3 kg.
For further information please contact our Customer Service.

Break / Break 50	min	max
height range (mm)	260/460	
frame height (mm)	475/700	735/1160
top diameter (mm)	Ø 700	Ø 1100
table top weight + accessories recommended weight (kg)	14	18
counter-balance kit * (kg)	3	6

* optional

ROUND TOPS

TOP WEIGHTS						TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
SINGLE TOP	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	14	18
MELAMINE TOP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	15 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	15 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	10 kg	11,5 kg	13 kg	16 kg	-		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299K / 299K50

SQUARE TOPS

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		800 mm	900 mm	1000 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	800 mm	8 kg	-	-	14	18
	900 mm	-	10 kg	-		
	1000 mm	-	-	13 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	800 mm	10 kg	-	-		
	900 mm	-	13 kg	-		
	1000 mm	-	-	16 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	800 mm	10 kg	-	-		
	900 mm	-	12,5 kg	-		
	1000 mm	-	-	15,5 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	800 mm	13 kg	-	-		
	900 mm	-	16 kg	-		
	1000 mm	-	-	-		

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

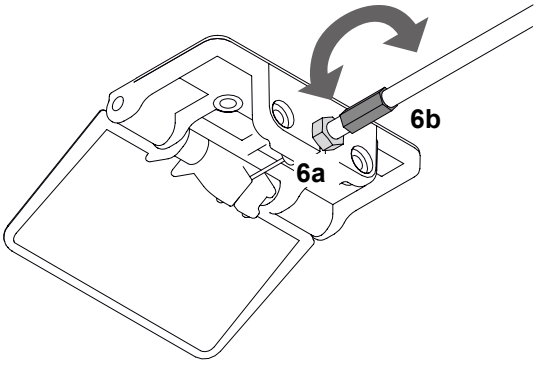
FOLLOW BREAK ROUND
299K / 299K50

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

ONLY IF NECESSARY:

A. Unscrew the nut (6a) and adjust the handle cable (6b): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (6a) after adjusting the cable tension of the handle (6b).



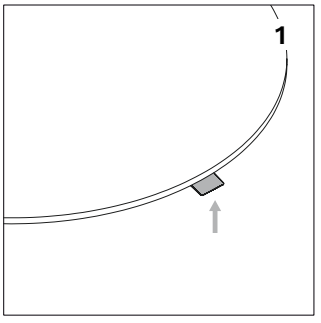
DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).

2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.

3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).

4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299K / 299K50

> Follow Break 299K ha un'escursione in altezza di 460 mm.

> Follow Break 299K50 ha un'escursione in altezza di 260 mm.

> Follow Break 299K/299K50 può montare piani da Ø 700 mm a Ø 1100 mm.

> Il telaio del tavolo (Ø 600 o Ø 450 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 14 e i 18 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre di 3 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento. Un secondo counter-balance kit può essere montato per ridurre di ulteriori 3 kg la spinta.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

Break / Break 50	min	max
escursione altezza (mm)	260/460	
altezza telaio (mm)	475/700	735/1160
diametro piano (mm)	Ø 700	Ø 1100
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	14	18
counter-balance kit * (kg)	3	6

* opzionale

PIANI ROTONDI

PESI PIANI						PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
PIANO SINGOLO	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	14	18
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	15 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	15 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	10 kg	11,5 kg	13 kg	16 kg	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299K / 299K50

PIANI QUADRATI

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		800 mm	900 mm	1000 mm	MINM	AX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	800 mm	8 kg-		-	14	18
	900 mm	-1	0 kg	-		
	1000 mm	--		13 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	800 mm	10 kg-		-		
	900 mm	-1	3 kg	-		
	1000 mm	--		16 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	800 mm	10 kg-		-		
	900 mm	-1	2,5 kg	-		
	1000 mm	--		15,5 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	800 mm	13 kg-		-		
	900 mm	-1	6 kg	-		
	1000 mm	--		-		

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

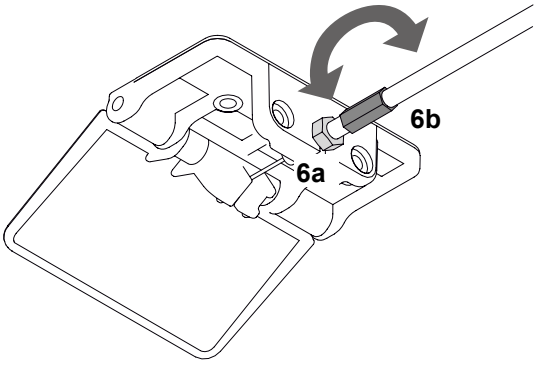
FOLLOW BREAK ROUND
299K / 299K50

ISTRUZIONI D'USO

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (6a) e regolare il cavo della maniglia (6b): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (6a) una volta regolata la tensione del cavo (6b).



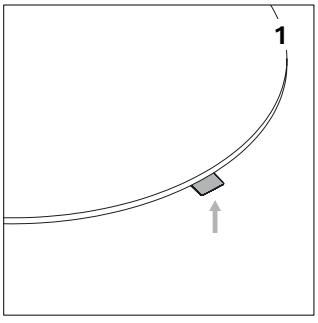
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND
299K / 299K50

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV062025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

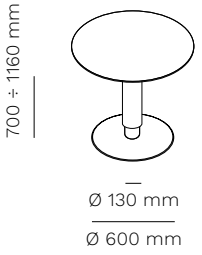
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Height-adjustable table with integrated and patented mechanical system, which allows to quickly and quietly find the right position. Height-adjustable metal handle.**
Follow Break can be placed freely in the room without need of any electricity.

it Tavolino regolabile in altezza con sistema meccanico integrato e brevettato, che permette di trovare in modo facile, veloce e silenzioso la giusta posizione. Maniglia di regolazione dell'altezza in metallo.
Follow Break può essere disposto liberamente nella stanza non avendo bisogno di alcuna alimentazione elettrica.

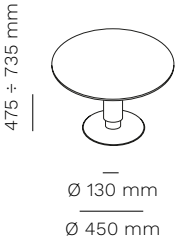
FOLLOW BREAK ROUND
monochromatic sit-stand table
tavolo regolabile in altezza monocromatico

299KCAR



top
Ø 700 - 1100 mm

299KCAR50 Lounge



top
Ø 700 - 1100 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.
Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

PATENTED

patented system
sistema brevettato

no electricity
no elettricità

FSC

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

adjustable height
altezza regolabile

299KCAR

1 BASE 1 BASE	**22 Kg**	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 UNDER-TOP CROSS 1 CROCIERA	**3,7 kg**	**1 pc** 0,0058 mc	
1 COLUMN 299KCAR COLONNA	**11 kg**	**1 pc** 0,078 mc	**12 pcs** / EU pallet

299KCAR50 Lounge

1 BASE 1 BASE	**13 Kg**	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 UNDER-TOP CROSS 1 CROCIERA	**3,7 kg**	**1 pc** 0,0058 mc	
1 COLUMN 299KCAR50 COLONNA	**11 kg**	**1 pc** 0,078 mc	**12 pcs** / EU pallet

ACCESSORIES / ACCESSORI

299KZ



counter-balance kit
(1 x 3 kg ballast)
counter-balance kit
(1 zavorra da 3 kg)

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



819
textured
raggrinzato
RAL 8019



420
textured
raggrinzato



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble
marmo bianco


grey marble
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose
rose

yellow
giallo


light blue
azzurro


green
verde

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299KCAR MONOCHROMATIC

> Follow Break Monochromatic 299KCAR has a height range of 460 mm.

> Follow Break Monochromatic 229KCAR can be used with table tops from Ø 700 mm to Ø 1100 mm.

> The table frame (Ø 600 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 10 and 14 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce 3 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement. A second counter-balance kit can be installed to reduce the weight by a further 3 kg.
For further information please contact our Customer Service.

Break Monochromatic	min	max
height range (mm)	460	
frame height (mm)	700	1160
top diameter (mm)	Ø 700	Ø 1100
table top weight + accessories recommended weight (kg)	10	14
counter-balance kit * (kg)	3	6

* optional

TOP WEIGHTS						TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
SINGLE TOP	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	10	14
MELAMINE TOP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	-		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	-		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	10 kg	11,5 kg	13 kg	-	-		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299KCAR50 MONOCHROMATIC

> Follow Break Lounge Monochromatic 299KCAR50 has a height range of 260 mm.

> Follow Break Lounge Monochromatic 229KCAR50 can be used with table tops from Ø 700 mm to Ø 1100 mm.

> The table frame (Ø 450 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 11,5 and 15,5 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce 3 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement. A second counter-balance kit can be installed to reduce the weight by a further 3 kg.
For further information please contact our Customer Service.

Break Lounge Monochromatic	min	max
height range (mm)	260	
frame height (mm)	475	735
top diameter (mm)	Ø 700	Ø 1100
table top weight + accessories recommended weight (kg)	11,5	15,5
counter-balance kit * (kg)	3	6

* optional

TOP WEIGHTS						TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
SINGLE TOP	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	11,5	15,5
MELAMINE TOP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	15 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	15 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	10 kg *	11,5 kg	13 kg	-	-		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

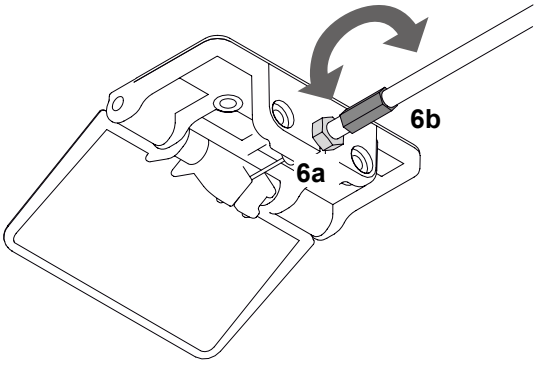
FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

ONLY IF NECESSARY:

A. Unscrew the nut (6a) and adjust the handle cable (6b): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (6a) after adjusting the cable tension of the handle (6b).



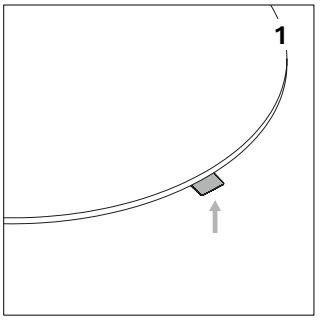
DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).

2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.

3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).

4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299KCAR MONOCROMATICO

> Follow Break Monocromatico 299KCAR ha un'escursione in altezza di 460 mm.

> Follow Break Monocromatico 299KCAR può montare piani da Ø 700 mm a Ø 1100 mm.

> Il telaio del tavolo (Ø 600 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 10 e i 14 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre di 3 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento. Un secondo counter-balance kit può essere montato per ridurre di ulteriori 3 kg la spinta.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

Break Monocromatico	min	max
escursione altezza (mm)	460	
altezza telaio (mm)	700	1160
diametro piano (mm)	Ø 700	Ø 1100
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	10	14
counter-balance kit * (kg)	3	6

* opzionale

PESI PIANI						PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
PIANO SINGOLO	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	10	14
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	-		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	-		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	10 kg	11,5 kg	13 kg	-	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299KCAR50 MONOCROMATICO

> Follow Break Lounge Monocromatico 299KCAR50 ha un'escursione in altezza di 260 mm.

> Follow Break Lounge Monocromatico 299KCAR50 può montare piani da Ø 700 mm a Ø 1100 mm.

> Il telaio del tavolo (Ø 450 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 11,5 e i 15,5 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre di 3 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento. Un secondo counter-balance kit può essere montato per ridurre di ulteriori 3 kg la spinta.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

Break Lounge Monocromatico	min	max
escursione altezza (mm)	260	
altezza telaio (mm)	475	735
diametro piano (mm)	Ø 700	Ø 1100
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	11,5	15,5
counter-balance kit * (kg)	3	6

* opzionale

PESI PIANI						PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
PIANO SINGOLO	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	11,5	15,5
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	15 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	15 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	10 kg *	11,5 kg	13 kg	-	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

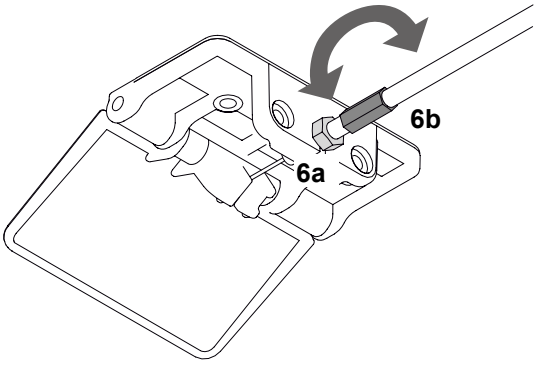
FOLLOW BREAK ROUND MONOCROMATICO
299KCAR / 299KCAR50

ISTRUZIONI D'USO

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (6a) e regolare il cavo della maniglia (6b): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (6a) una volta regolata la tensione del cavo (6b).



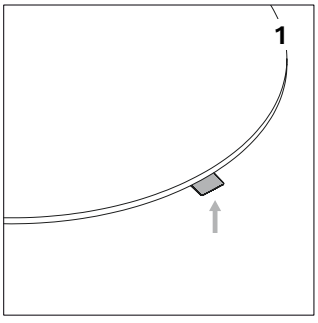
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

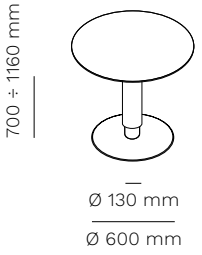
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Height-adjustable table with integrated and patented mechanical system, which allows to quickly and quietly find the right position. Height-adjustable metal handle.**
Follow Break can be placed freely in the room without need of any electricity.

it Tavolino regolabile in altezza con sistema meccanico integrato e brevettato, che permette di trovare in modo facile, veloce e silenzioso la giusta posizione. Maniglia di regolazione dell'altezza in metallo.
Follow Break può essere disposto liberamente nella stanza non avendo bisogno di alcuna alimentazione elettrica.

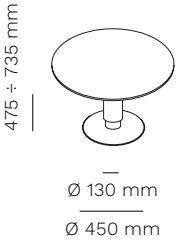
FOLLOW BREAK ROUND
monochromatic sit-stand table
tavolo regolabile in altezza monocromatico

299KCAR



top
Ø 700 - 1100 mm

299KCAR50 Lounge



top
Ø 700 - 1100 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.
Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

PATENTED

patented system
sistema brevettato

no electricity
no elettricità

FSC

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

adjustable height
altezza regolabile

299KCAR

1 BASE 1 BASE	**22 Kg**	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 UNDER-TOP CROSS 1 CROCIERA	**3,7 kg**	**1 pc** 0,0058 mc	
1 COLUMN 299KCAR COLONNA	**11 kg**	**1 pc** 0,078 mc	**12 pcs** / EU pallet

299KCAR50 Lounge

1 BASE 1 BASE	**13 Kg**	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 UNDER-TOP CROSS 1 CROCIERA	**3,7 kg**	**1 pc** 0,0058 mc	
1 COLUMN 299KCAR50 COLONNA	**11 kg**	**1 pc** 0,078 mc	**12 pcs** / EU pallet

ACCESSORIES / ACCESSORI

299KZ



counter-balance kit
(1 x 3 kg ballast)
counter-balance kit
(1 zavorra da 3 kg)

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



819
textured
raggrinzato
RAL 8019



420
textured
raggrinzato



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble
marmo bianco


grey marble
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose
rose

yellow
giallo


light blue
azzurro


green
verde

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299KCAR MONOCHROMATIC

> Follow Break Monochromatic 299KCAR has a height range of 460 mm.

> Follow Break Monochromatic 229KCAR can be used with table tops from Ø 700 mm to Ø 1100 mm.

> The table frame (Ø 600 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 10 and 14 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce 3 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement. A second counter-balance kit can be installed to reduce the weight by a further 3 kg.
For further information please contact our Customer Service.

Break Monochromatic	min	max
height range (mm)	460	
frame height (mm)	700	1160
top diameter (mm)	Ø 700	Ø 1100
table top weight + accessories recommended weight (kg)	10	14
counter-balance kit * (kg)	3	6

* optional

TOP WEIGHTS						TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
SINGLE TOP	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	10	14
MELAMINE TOP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	-		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	-		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	10 kg	11,5 kg	13 kg	-	-		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299KCAR50 MONOCHROMATIC

> Follow Break Lounge Monochromatic 299KCAR50 has a height range of 260 mm.

> Follow Break Lounge Monochromatic 229KCAR50 can be used with table tops from Ø 700 mm to Ø 1100 mm.

> The table frame (Ø 450 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 11,5 and 15,5 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce 3 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement. A second counter-balance kit can be installed to reduce the weight by a further 3 kg.
For further information please contact our Customer Service.

Break Lounge Monochromatic	min	max
height range (mm)	260	
frame height (mm)	475	735
top diameter (mm)	Ø 700	Ø 1100
table top weight + accessories recommended weight (kg)	11,5	15,5
counter-balance kit * (kg)	3	6

* optional

TOP WEIGHTS						TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
SINGLE TOP	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	11,5	15,5
MELAMINE TOP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	15 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	15 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	10 kg *	11,5 kg	13 kg	-	-		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

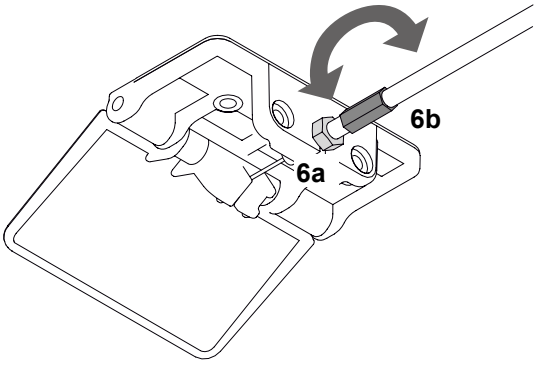
FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

ONLY IF NECESSARY:

A. Unscrew the nut (6a) and adjust the handle cable (6b): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (6a) after adjusting the cable tension of the handle (6b).



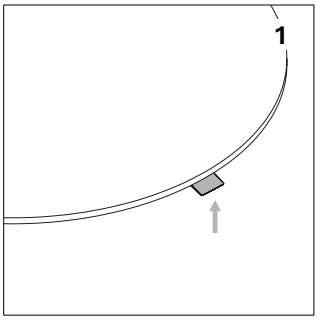
DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).

2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.

3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).

4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299KCAR MONOCROMATICO

> Follow Break Monocromatico 299KCAR ha un'escursione in altezza di 460 mm.

> Follow Break Monocromatico 299KCAR può montare piani da Ø 700 mm a Ø 1100 mm.

> Il telaio del tavolo (Ø 600 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 10 e i 14 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre di 3 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento. Un secondo counter-balance kit può essere montato per ridurre di ulteriori 3 kg la spinta.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

Break Monocromatico	min	max
escursione altezza (mm)	460	
altezza telaio (mm)	700	1160
diametro piano (mm)	Ø 700	Ø 1100
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	10	14
counter-balance kit * (kg)	3	6

* opzionale

PESI PIANI						PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
PIANO SINGOLO	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	10	14
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	-		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	-		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	10 kg	11,5 kg	13 kg	-	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299KCAR50 MONOCROMATICO

> Follow Break Lounge Monocromatico 299KCAR50 ha un'escursione in altezza di 260 mm.

> Follow Break Lounge Monocromatico 299KCAR50 può montare piani da Ø 700 mm a Ø 1100 mm.

> Il telaio del tavolo (Ø 450 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 11,5 e i 15,5 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre di 3 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento. Un secondo counter-balance kit può essere montato per ridurre di ulteriori 3 kg la spinta.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

Break Lounge Monocromatico	min	max
escursione altezza (mm)	260	
altezza telaio (mm)	475	735
diametro piano (mm)	Ø 700	Ø 1100
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	11,5	15,5
counter-balance kit * (kg)	3	6

* opzionale

PESI PIANI						PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
PIANO SINGOLO	Ø 700 mm	Ø 800 mm	Ø 900 mm	Ø 1000 mm	Ø 1100 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg	10 kg	12 kg	11,5	15,5
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	13 kg	15 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	8 kg *	9 kg *	10 kg	12 kg	15 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	10 kg *	11,5 kg	13 kg	-	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

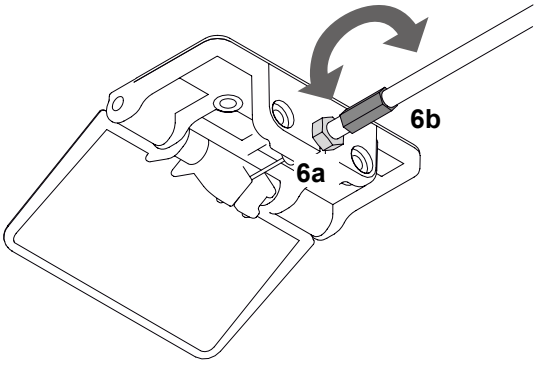
FOLLOW BREAK ROUND MONOCROMATICO
299KCAR / 299KCAR50

ISTRUZIONI D'USO

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (6a) e regolare il cavo della maniglia (6b): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (6a) una volta regolata la tensione del cavo (6b).



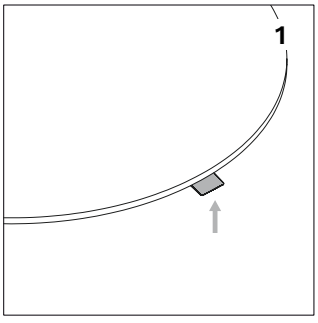
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW BREAK ROUND MONOCHROMATIC
299KCAR / 299KCAR50

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV072025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK
299F

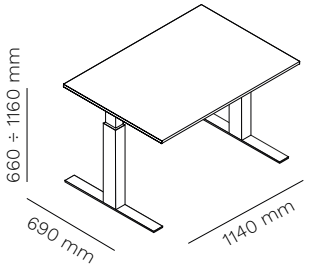
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow is height-adjustable table that effortlessly and noiselessly adjust to the user's posture and need.**
Single working desk with powder coated metal frame and chromed height excursion column, available in different sizes from 1200 to 1800 mm width. Height-adjustable metal handle. A table that can be placed and moved anywhere: it is not connected to any cable as it does not need any electricity supply.

it Follow è il tavolo regolabile in altezza che permette di trovare in modo facile, veloce e silenzioso la giusta posizione. Scrivania singola operativa con struttura in acciaio verniciato e colonna di escursione dell'altezza cromata, disponibile con piano in diverse dimensioni da 1200 a 1800 mm di larghezza. Maniglia di regolazione dell'altezza in metallo. Follow può essere disposto liberamente nella stanza non avendo bisogno di alcuna alimentazione elettrica.

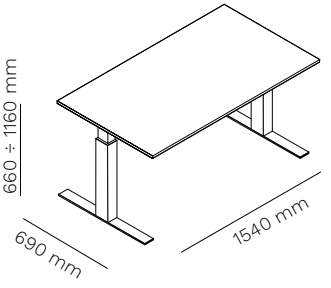
FOLLOW DESK
sit-stand table
tavolo regolabile in altezza

299F Small



top
1200 - 1400 x 700 - 800 mm

299F Large



top
1600 - 1800 x 700 - 800 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.

Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

certified versions
versioni certificate

EN 527-1:2011

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

no electricity
no elettricità

adjustable height
altezza regolabile

version standard
versione standard

2 LEGS 2 GAMBE	**29 Kg**	**1 pc** 0,035 mc	**15 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 BEAM **1200 - 1400 mm** 1 TRAVERSA 1200 - 1400 mm	**6 kg**	**1 pc** 0,025 mc	**45 pcs** / 160 x 100 cm pallet
1 BEAM **1600 - 1800 mm** 1 TRAVERSA 1600 - 1800 mm			

version with loading adjuster
versione con regolazione di portata

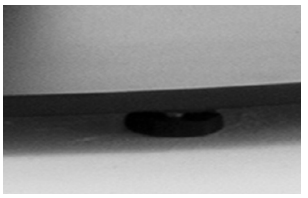
2 LEGS 2 GAMBE	**29 Kg**	**1 pc** 0,035 mc	**15 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 BEAM **1200 - 1400 mm** 1 TRAVERSA 1200 - 1400 mm	**9 kg**	**1 pc** 0,025 mc	**45 pcs** / 160 x 100 cm pallet
1 BEAM **1600 - 1800 mm** 1 TRAVERSA 1600 - 1800 mm			

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK
299F

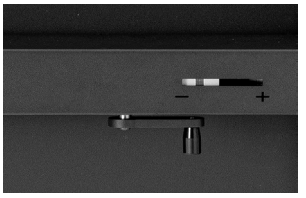
INCLUDED ACCESSORIES / ACCESSORI INCLUSI



foot levelers
piedini livellatori

ACCESSORIES / ACCESSORI

299FTI



beam with loading adjuster
traversa con regolazione di portata

299FZ



counter balance kit (2 zavorre 1,2 kg/cad.)
counter balance kit
(2 x 1,2 kg ballasts)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with multifunctional sockets
passacavi con prese multifunzione

PASD60



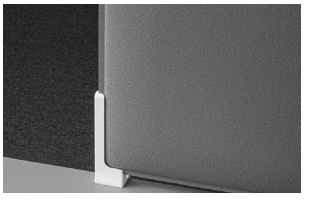
multifunctional sockets Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

PASD80



multifunctional sockets with wireless charging Ø 80 mm
prese multifunzione con ricarica wireless Ø 80 mm

299FP



sound-absorbing panel
pannello fonoassorbente

215V



cable tray to fix under top (3 kg)
vasca porta cavi fissaggio sotto piano (3 kg)

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on castors
cassettiera mobile su ruote

K075 *



Kit of 4 castors Ø 75 mm
Kit 4 ruote Ø 75 mm

*** the table will be 75 mm higher**
* il tavolo si alzerà di 75 mm

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

FOLLOW DESK
299F

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

height excursion column
colonna di escursione dell'altezza



eco chrome
cromo ecologico

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK
299F

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble
marmo bianco


grey marble
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose
rose

yellow
giallo


light blue
azzurro


green
verde

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299F Small

> Follow Desk Small has a height range of 500 mm.

> Excluding the table tops it has a minimum height of 660 mm and a maximum of 1160 mm. Certified UNI EN 527 with a 20 mm thick top.

> Follow Desk Small can be used with table tops from 1200 mm to 1400 mm wide and from 700 mm to 800 mm deep.

> The table frame (1140x690 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 23 and 31 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled:
E.g. when using a 14 kg table top, at least 9 kg accessories weight (computer, telephone, etc.) are required to reach the optimal operating range, while it is not recommended to load more than 17 kg.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, fitting the “counter-balance kit” will be able to reduce from 1,2 to 9,6 kg the upwards thrust allowing the optimal operating range of top. For further information please contact our Customer Service.

> If a heavier top is to be mounted or additional loading is planned (computer, telephone, etc.), the upward thrust can be increased from 1,2 to 7,2 kg by removing six pre-mounted ballasts in the beam.
For further information please contact our Customer Service.

> The beam with loading adjuster (optional), offers the possibility of further increasing the upward thrust from 0 to 10 kg.

Desk Small	min	max
height range (mm)	500	
frame height (mm)	660	1160
table top width (mm)	1200	1400
table top depth (mm)	700	800
table top weight + accessories recommended weight (kg)	23	31 / 41 *
counter-balance pre-assembled (kg)	-1,2	-7,2
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* maximum weight for the version with loading adjuster

** optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		1200 mm	1300 mm	1400 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	700 mm	11 kg **	12 kg **	12 kg **	23	31 / 41 *
	800 mm	12 kg **	13 kg **	14 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	700 mm	14 kg	15 kg	16 kg		
	800 mm	15 kg	17 kg	18 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	700 mm	13 kg **	14 kg	15 kg		
	800 mm	15 kg	16 kg	17 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	700 mm	17 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	23 kg		

*** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

** maximum weight for the version with loading adjuster*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299F Large

> Follow Desk Large has a height range of 500 mm.

> Excluding the table tops it has a minimum height of 660 mm and a maximum of 1160 mm. Certified UNI EN 527 with a 20 mm thick top.

> Follow Desk Large can be used with table tops from 1600 mm to 1800 mm wide and from 700 mm to 800 mm deep.

> The table frame (1540x690 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weights) between 30 and 38 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled:
E.g. when using a 18 kg table top, at least 12 kg accessories weight (computer, telephone, etc.) are required to reach the optimal operating range, while it is not recommended to load more than 20 kg.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, fitting the “counter-balance kit” will be able to reduce from 1,2 to 9,6 kg the upwards thrust allowing the optimal operating range of top. For further information please contact our Customer Service.

> The beam with loading adjuster (optional), offers the possibility of further increasing the upward thrust from 0 to 10 kg.

Desk Large	min	max
height range (mm)	500	
frame height (mm)	660	1160
table top width (mm)	1600	1800
table top depth (mm)	700	800
table top weight + accessories recommended weight (kg)	30	38 / 48 *
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* maximum weight for the version with loading adjuster

** optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		1600 mm	1700 mm	1800 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	700 mm	14 kg **	15 kg **	16 kg	30	38 / 48 *
	800 mm	16 kg	17 kg	18 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	700 mm	18 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	21 kg	22 kg	23 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	700 mm	17 kg	18 kg	19 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	22 kg		
LAMINATE TOP 27 mm	700 mm	23 kg	24 kg	26 kg		
	800 mm	26 kg	28 kg	29 kg		

*** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

** maximum weight for the version with loading adjuster*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK
299F

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

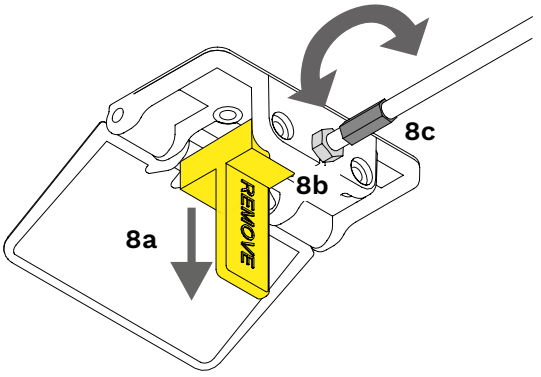
FIRST USE:

A. Remove the safety-spacer from the adjustment handle (8a).

ONLY IF NECESSARY:

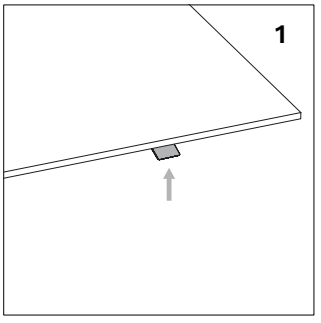
A. Unscrew the nut (8b) and adjust the handle cable (8c): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (8b) after adjusting the cable tension of the handle (8c).



DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299F Small

> Follow Desk Small ha un'escursione in altezza di 500 mm.

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 660 mm e una massima di 1160 mm. Certificato UNI EN 527 con un piano spessore 20 mm.

> Follow Desk Small può montare piani da 1200 mm a 1400 mm di larghezza e da 700 mm a 800 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (1140x690 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + peso accessori) compresi tra i 23 e i 31 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare:
Es. in caso di utilizzo di un piano di 14 Kg, sono necessari almeno 9 Kg di peso accessori (computer, telefono, ecc.) per raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale, mentre è sconsigliato caricare più di 17 kg.

> Se è previsto l'utilizzo di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, il montaggio dell'accessorio "counter-balance kit" può ridurre da 1,2 a 9,6 kg la spinta verso l'alto, permettendo di raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> Se è previsto il montaggio di un piano più pesante o è previsto di caricare ulteriormente il piano di lavoro (computer, telefono, ecc.), è possibile aumentare da 1,2 a 7,2 kg la spinta verso l'alto rimuovendo sei zavorre premontate nella traversa.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> La trave con regolazione di portata (opzionale), offre la possibilità di aumentare ulteriormente, la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.

Desk Small	min	max
escursione altezza (mm)	500	
altezza telaio (mm)	660	1160
larghezza piano (mm)	1200	1400
dimensioni piano (mm)	700	800
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	23	31 / 41*
counter-balance pre-montato (kg)	-1,2	-7,2
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* peso massimo versione con regolazione di portata

** opzionale

					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO	
PESI PIANI	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		1200 mm	1300 mm	1400 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	700 mm	11 kg **	12 kg **	12 kg **	23	31 / 41 *
	800 mm	12 kg **	13 kg **	14 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	700 mm	14 kg	15 kg	16 kg		
	800 mm	15 kg	17 kg	18 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	700 mm	13 kg **	14 kg	15 kg		
	800 mm	15 kg	16 kg	17 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	700 mm	17 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	23 kg		

*** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

** Peso massimo versione con regolazione di portata*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299F Large

> Follow Desk Large ha un'escursione in altezza di 500 mm.

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 660 mm e una massima di 1160 mm. Certificato UNI EN 527 con un piano spessore 20 mm.

> Follow Desk Large può montare piani da 1600 mm a 1800 mm di larghezza e da 700 mm a 800 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (1540x690 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 30 e i 38 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare:
Es. in caso di utilizzo di un piano di 18 Kg, sono necessari almeno 12 Kg di pesi accessori (computer, telefono, ecc.) per raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale, mentre è sconsigliato caricare più di 20 kg.

> Se è previsto l'utilizzo di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, il montaggio dell'accessorio "counter-balance kit" può ridurre da 1,2 a 9,6 kg la spinta verso l'alto, permettendo di raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale. Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> La trave con regolazione di portata (opzionale), offre la possibilità di aumentare ulteriormente, la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.

Desk Large	min	max
escursione altezza (mm)	500	
altezza telaio (mm)	660	1160
larghezza piano (mm)	1600	1800
dimensioni piano (mm)	700	800
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	30	38 / 48 *
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* peso massimo versione con regolazione di portata

** opzionale

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		1600 mm	1700 mm	1800 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	700 mm	14 kg **	15 kg **	16 ** kg	30	38 / 48 *
	800 mm	16 kg	17 kg	18 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	700 mm	18 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	21 kg	22 kg	23 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	700 mm	17 kg	18 kg	19 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	22 kg		
PIANO IN LAMINATO SP 27 mm	700 mm	23 kg	24 kg	26 kg		
	800 mm	26 kg	28 kg	29 kg		

*** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

** peso massimo versione con regolazione di portata*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK
299F

ISTRUZIONI D'USO

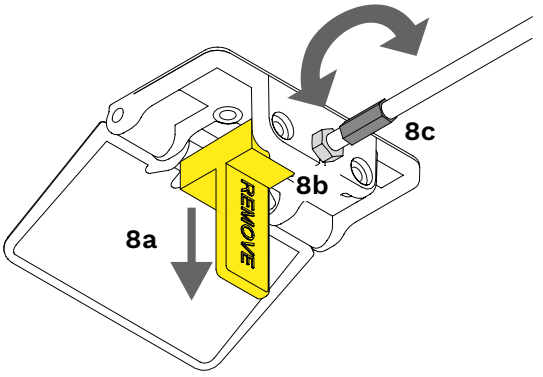
AL PRIMO UTILIZZO:

A. Rimuovere il distanziale di sicurezza inserito nella maniglia di regolazione (8a).

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (8b) e regolare il cavo della maniglia (8c): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (8b) una volta regolata la tensione del cavo (8c).



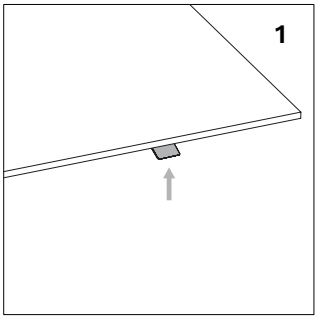
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

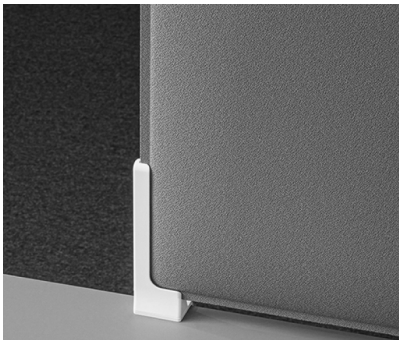
ACOUSTIC PANEL
PANNELLO FONOASSORBENTE

299FP

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **The sound-absorbing panel made with Snowsound technology is an excellent solution for dividing worktops by creating a visual barrier and optimising acoustic comfort.**
Application to the surface using special clamps.
The panel has an Italian Class1 fire reaction and Euroclass B-s2, d0. The panel is 100% recyclable and has no detectable formaldehyde content according to UNI EN 717-2.
The panel has been tested in reverberation chamber according to UNI EN ISO 354 and obtained "Acoustic Absorption Class A", in accordance with UNI EN ISO 11654.

it Il pannello fonoassorbente realizzato con la tecnologia Snowsound è un'ottima soluzione per suddividere i piani di lavoro creando una barriera visiva ed ottimizzando il comfort acustico.
Applicazione al piano mediante appositi morsetti.
Il pannello ha Classe1 Italia di reazione al Fuoco ed Euroclass B-s2, d0. Il pannello è riciclabile al 100% e ha un contenuto di formaldeide non rilevabile secondo la norma UNI EN 717-2.
Il pannello è stato testato in camera riverberante secondo la norma UNI EN ISO 354 ed ha "Classe di Assorbimento Acustico A", in accordo con la norma UNI EN ISO 11654.

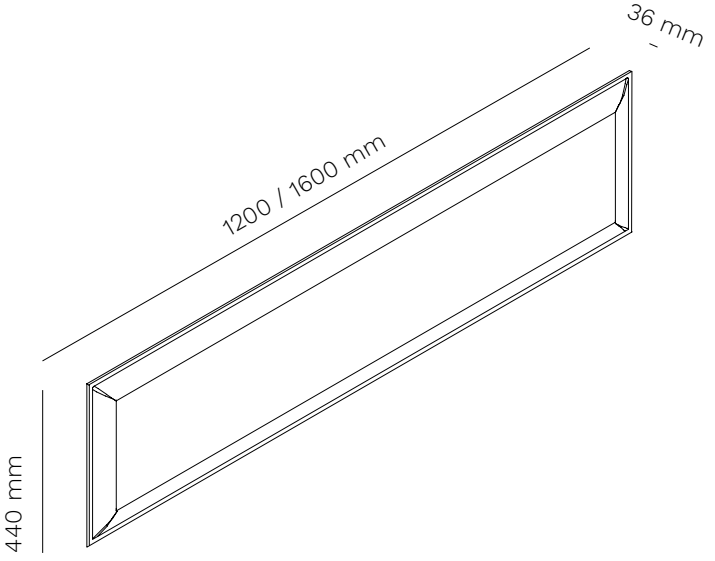


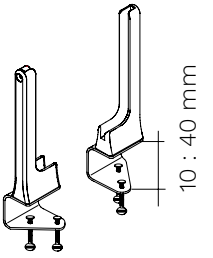


GREENGUARD GOLD

100% POLYESTER

Sound Absorbing





en **Pair of brackets with clamp in powder-coated steel and zamac for connection to the desk top.**

it Coppia attacchi in zama con morsetto in acciaio verniciati con polveri epossidiche per fissaggio al piano della scrivania.

KG

1200 x 440 mm
1,6 kg

KG

1600 x 440 mm
2,6 kg

KG

kit 2 brackets
kit 2 attacchi
1,3 kg

fire-retardant fabric
tessuto ignifugo

8004 **8007** **2005** **8033** **3008** **7004** **6071** **4027**

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

FOLLOW DESK
299F

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV022025

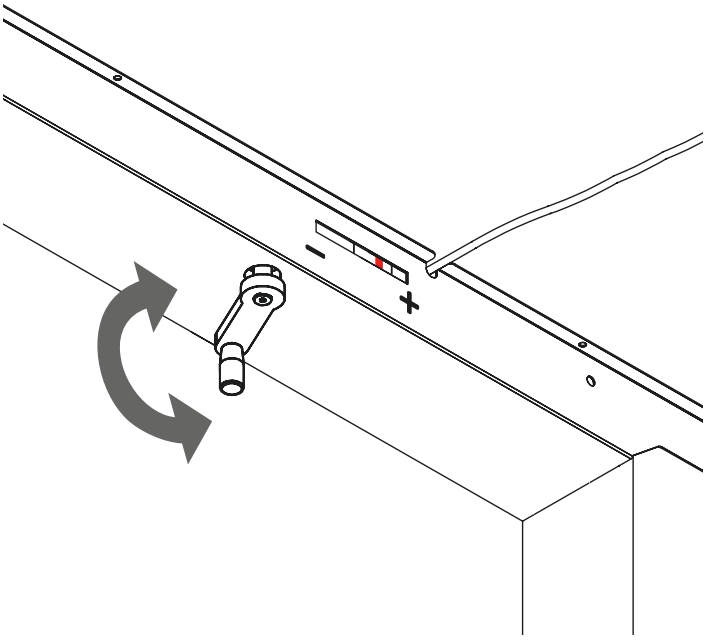
MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

BEAM WITH LOADING ADJUSTER
TRAVERSA CON REGOLAZIONE DI PORTATA

299FTI

INSTRUCTIONS FOR PROPER USE

The beam with loading adjuster offers the possibility of further increasing the thrust upward from 0 to 10 kg.



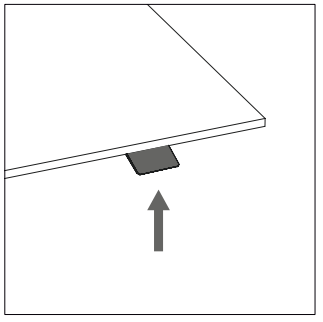
DAILY USE:

1. Place everything you need on the desk.

2. if the table tends to descend while using the the handle (fig.1), turn the lever counter-clockwise to increase the thrust upward. (the red marker will move towards the '+' sign).

3. if the table tends to rise while using the the handle (fig.1), turn the lever clockwise to decrease the thrust upward. (the red marker will move towards the '-' sign).

fig. 1



ATTENTION
Any part of all preassembeld components, supplied by the company, cannot be disassembled unless this is done by Mara staff. The assembling and disassembling of this table must be carried out by skilled fitters following the instructions carefully.

REV022025

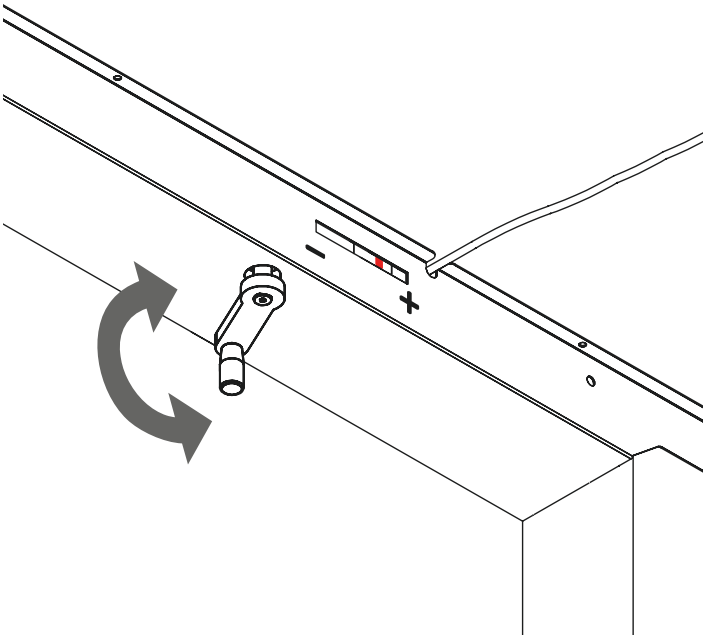
MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

BEAM WITH LOADING ADJUSTER
TRAVERSA CON REGOLAZIONE DI PORTATA

299FTI

ISTRUZIONI D'USO

La trave con regolazione di portata offre la possibilità di aumentare ulteriormente la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.



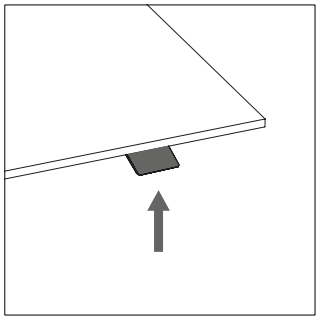
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare tutto il necessario sulla scrivania.

2. se il tavolo tende a scendere quando azionate la maniglia (fig.1), girare la leva in senso anti-orario per aumentare la spinta verso l'alto. (l'indicatore rosso si sposterà verso il segno "+").

3. se il tavolo tende a salire quando azionate la maniglia (fig.1), girare la leva in senso orario per diminuire la spinta verso l'alto. (l'indicatore rosso si sposterà verso il segno "-").

fig. 1



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

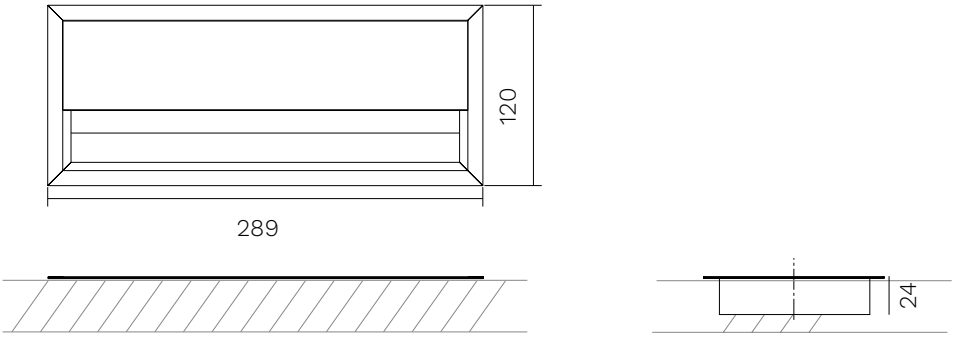
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

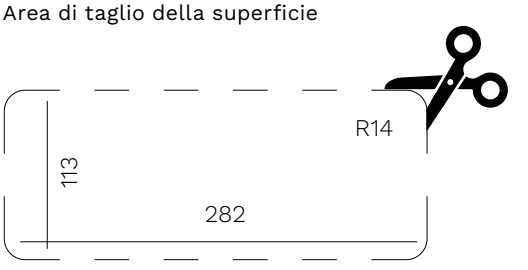
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

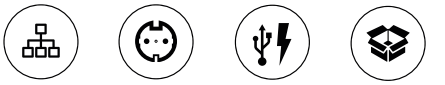
TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

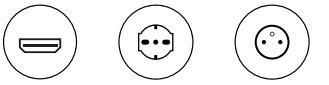
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

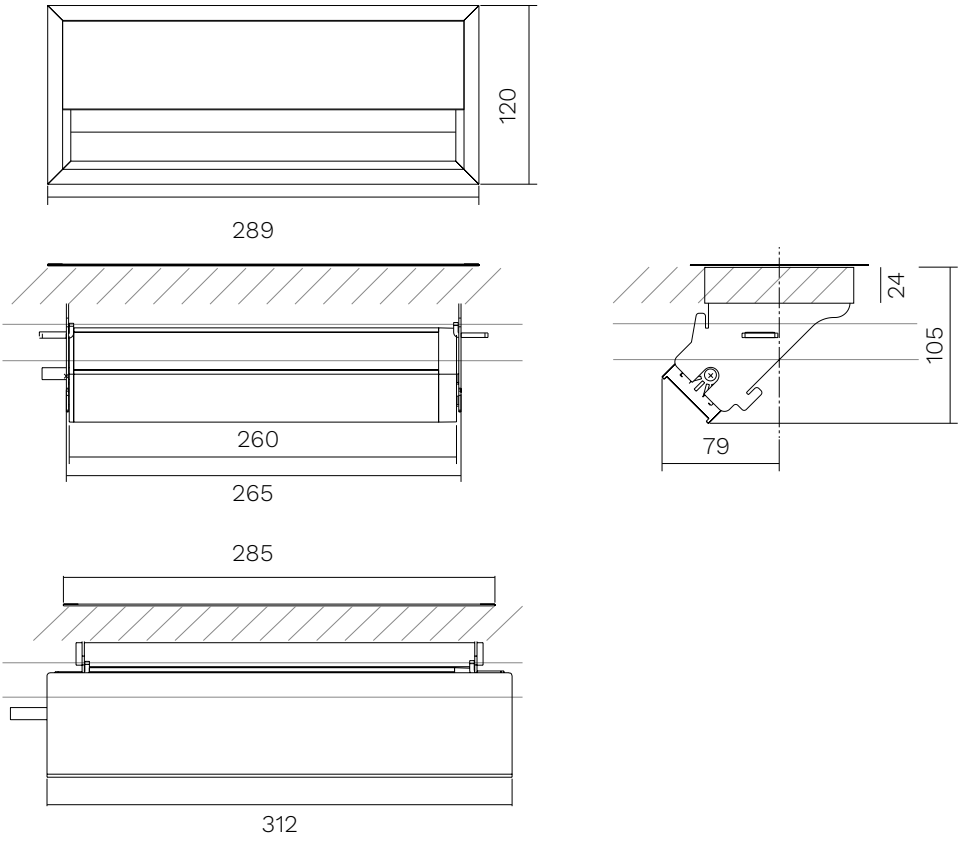
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.



Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

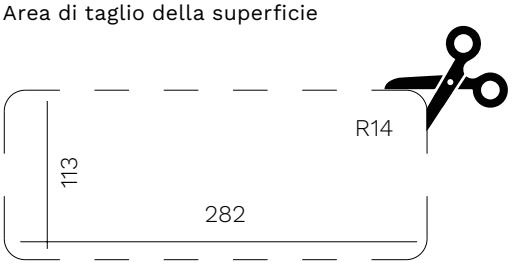


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata



Surface cut-out area

Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

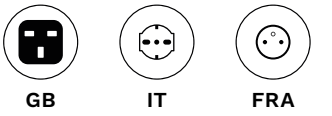
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

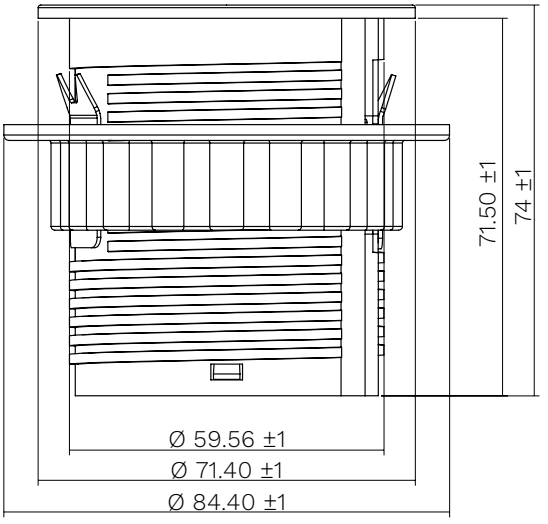
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

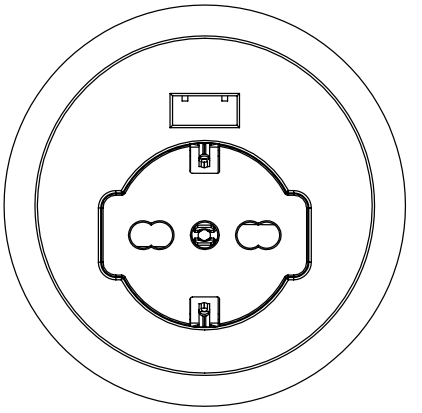


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

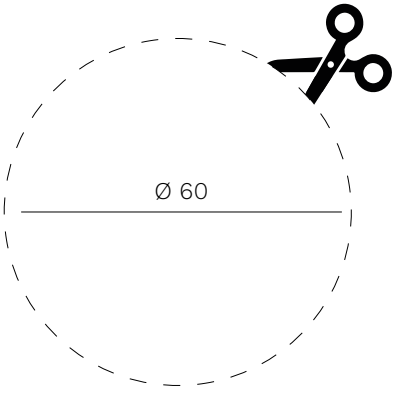


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco

black nero



REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

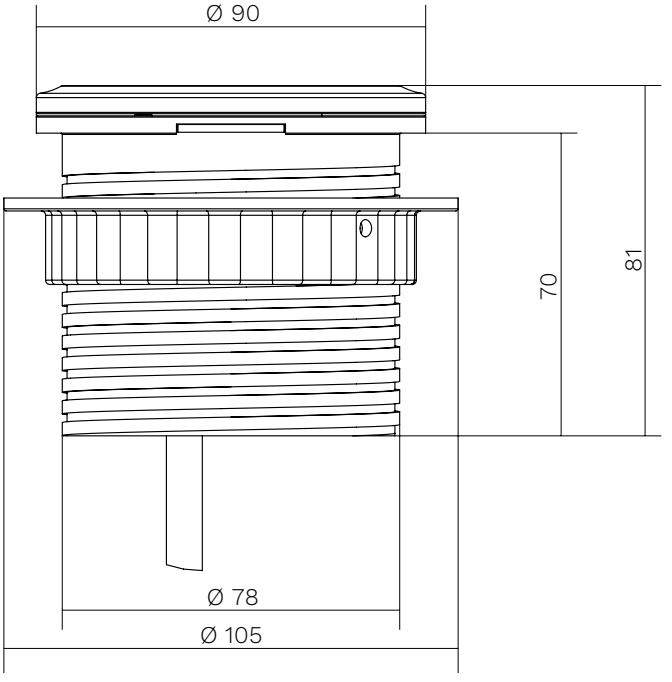
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

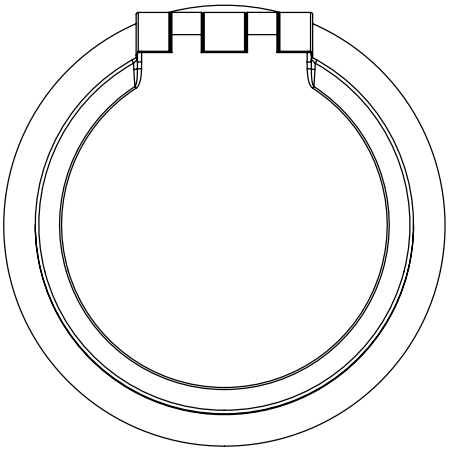
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

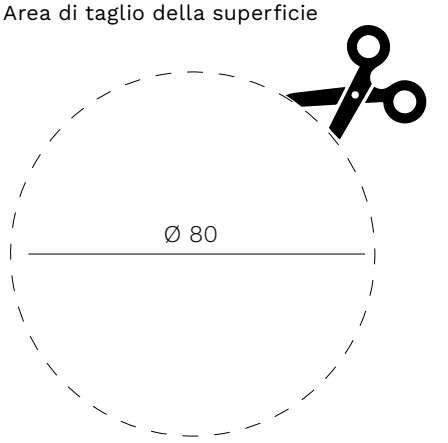
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK MONOCHROMATIC
299FCAR

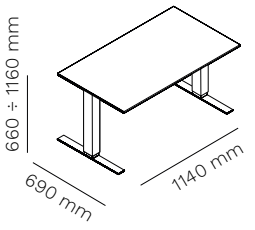
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow is height-adjustable table that effortlessly and noiselessly adjust to the user's posture and need.**
Single working desk with powder coated metal frame, available in different sizes from 1200 to 1800 mm width.
Height-adjustable metal handle.
A table that can be placed and moved anywhere: it is not connected to any cable as it does not need any electricity supply.

it Follow è il tavolo regolabile in altezza che permette di trovare in modo facile, veloce e silenzioso la giusta posizione.
Scrivania singola operativa con struttura in acciaio verniciato disponibile con piano in diverse dimensioni, da 1200 a 1800 mm di larghezza.
Maniglia di regolazione dell'altezza in metallo. Follow può essere disposto liberamente nella stanza non avendo bisogno di alcuna alimentazione elettrica.

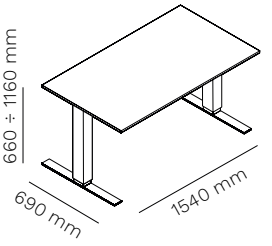
FOLLOW DESK
monochromatic sit-stand table
tavolo regolabile in altezza monocromatico

299FCAR Small



top
1200 - 1400 x 700 - 800 mm

299FCAR Large



top
1600 - 1800 x 700 - 800 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.

Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

certified versions
versioni certificate

EN 527-1:2011

adjustable height
altezza regolabile

fast
veloce

silent
silenzioso

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

no electricity
no elettricità

version with carter
versione con carter

2 LEGS 2 GAMBE	**30,5 Kg**	**1 pc** 0,035 mc	**15 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 BEAM **1200 - 1400 mm** 1 TRAVERSA 1200 - 1400 mm	**6 kg**	**1 pc** 0,025 mc	**45 pcs** / 160 x 100 cm pallet
1 BEAM **1600 - 1800 mm** 1 TRAVERSA 1600 - 1800 mm			

version with carter and loading adjuster
versione con carter e regolazione di portata

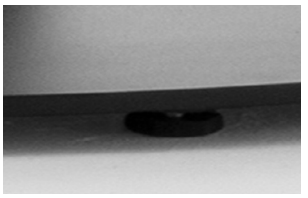
2 LEGS 2 GAMBE	**30,5 Kg**	**1 pc** 0,035 mc	**15 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 BEAM **1200 - 1400 mm** 1 TRAVERSA 1200 - 1400 mm	**9 kg**	**1 pc** 0,025 mc	**45 pcs** / 160 x 100 cm pallet
1 BEAM **1600 - 1800 mm** 1 TRAVERSA 1600 - 1800 mm			

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK MONOCHROMATIC
299FCAR

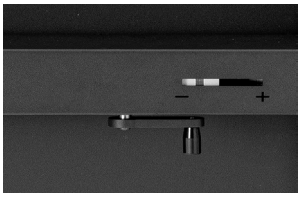
INCLUDED ACCESSORIES / ACCESSORI INCLUSI



foot levelers
piedini livellatori

ACCESSORIES / ACCESSORI

299FTI



beam with loading adjuster
traversa con regolazione di portata

299FZ



counter balance kit (2 zavorre 1,2 kg/cad.)
counter balance kit
(2 x 1,2 kg ballasts)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with multifunctional sockets
passacavi con prese multifunzione

PASD60



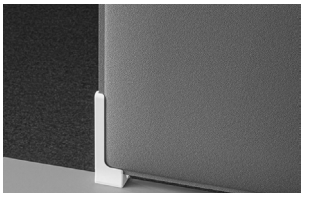
multifunctional sockets Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

PASD80



multifunctional sockets with wireless charging Ø 80 mm
prese multifunzione con ricarica wireless Ø 80 mm

299FP



sound-absorbing panel
pannello fonoassorbente

215V



cable tray to fix under top (3 kg)
vasca porta cavi fissaggio sotto piano (3 kg)

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on castors
cassettiera mobile su ruote

K075 *



Kit of 4 castors Ø 75 mm
Kit 4 ruote Ø 75 mm

*** the table will be 75 mm higher**
* il tavolo si alzerà di 75 mm

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK MONOCHROMATIC
299FCAR

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK MONOCHROMATIC
299FCAR

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio
chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble
marmo
bianco


grey marble
marmo
grigio


graphite marble
marmo
grafite


black marble
marmo
nero


whitened oak
rovere
sbiancato


natural oak
rovere
naturale


grey oak
rovere
grigio


black oak
rovere
nero


walnut
noce


rose
rose

yellow
giallo


light blue
azzurro


green
verde

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio
chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere
sbiancato


natural oak
rovere
naturale


grey oak
rovere
grigio


black oak
rovere
nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299FCAR Small Monochromatic

> Follow Desk Small Monochromatic has a height range of 500 mm.

> Excluding the table tops it has a minimum height of 660 mm and a maximum of 1160 mm. Certified UNI EN 527 with a 20 mm thick top.

> Follow Desk Small Monochromatic can be used with table tops from 1200 mm to 1400 mm wide and from 700 mm to 800 mm deep.

> The table frame (1140x690 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 21,5 and 29,5 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled:
E.g. when using a 14 kg table top, at least 7,5 kg accessories weight (computer, telephone, etc.) are required to reach the optimal operating range, while it is not recommended to load more than 15,5 kg.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, fitting the “counter-balance kit” will be able to reduce from 1,2 to 9,6 kg the upwards thrust allowing the optimal operating range of top. For further information please contact our Customer Service.

> If a heavier top is to be mounted or additional loading is planned (computer, telephone, etc.), the upward thrust can be increased from 1,2 to 7,2 kg by removing six pre-mounted ballasts in the beam.
For further information please contact our Customer Service.

> The beam with loading adjuster (optional), offers the possibility of further increasing the upward thrust from 0 to 10 kg.

Desk Small Monochromatic	min	max
height range (mm)	500	
frame height (mm)	660	1160
table top width (mm)	1200	1400
table top depth (mm)	700	800
table top weight + accessories recommended weight (kg)	21,5	29,5 / 39,5 *
counter-balance pre-assembled (kg)	-1,2	-7,2
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* maximum weight for the version with loading adjuster

** optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		1200 mm	1300 mm	1400 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	700 mm	11 kg	12 kg	12 kg	21,5	29,5 / 39,5 *
	800 mm	12 kg	13 kg	14 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	700 mm	14 kg	15 kg	16 kg		
	800 mm	15 kg	17 kg	18 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	700 mm	13 kg	14 kg	15 kg		
	800 mm	15 kg	16 kg	17 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	700 mm	17 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	23 kg		

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299FCAR Large Monochromatic

> Follow Desk Large Monochromatic has a height range of 500 mm.

> Excluding the table tops it has a minimum height of 660 mm and a maximum of 1160 mm. Certified UNI EN 527 with a 20 mm thick top.

> Follow Desk Large Monochromatic can be used with table tops from 1600 mm to 1800 mm wide and from 700 mm to 800 mm deep.

> The table frame (1540x690 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weights) between 28,5 and 36,5 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled:
E.g. when using a 18 kg table top, at least 10,5 kg accessories weight (computer, telephone, etc.) are required to reach the optimal operating range, while it is not recommended to load more than 18,5 kg.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, fitting the “counter-balance kit” will be able to reduce from 1,2 to 9,6 kg the upwards thrust allowing the optimal operating range of top. For further information please contact our Customer Service.

> The beam with loading adjuster (optional), offers the possibility of further increasing the upward thrust from 0 to 10 kg.

Desk Large Monochromatic	min	max
height range (mm)	500	
frame height (mm)	660	1160
table top width (mm)	1600	1800
table top depth (mm)	700	800
table top weight + accessories recommended weight (kg)	28,5	36,5 / 46,5 *
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* maximum weight for the version with loading adjuster

** optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		1600 mm	1700 mm	1800 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	700 mm	14 kg **	15 kg	16 kg	28,5	36,5 / 46,5 *
	800 mm	16 kg	17 kg	18 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	700 mm	18 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	21 kg	22 kg	23 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	700 mm	17 kg	18 kg	19 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	22 kg		
LAMINATE TOP 27 mm	700 mm	23 kg	24 kg	26 kg		
	800 mm	26 kg	28 kg	29 kg		

*** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

* *maximum weight for the version with loading adjuster*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK MONOCHROMATIC
299FCAR

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

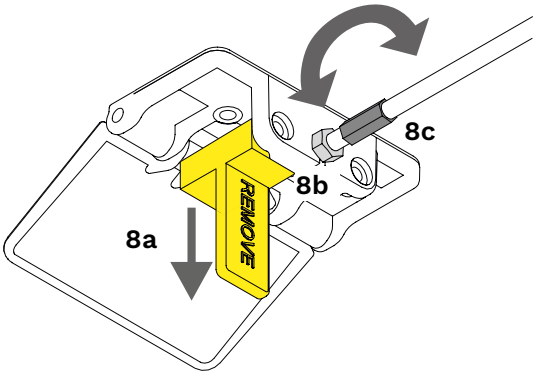
FIRST USE:

A. Remove the safety-spacer from the adjustment handle (8a).

ONLY IF NECESSARY:

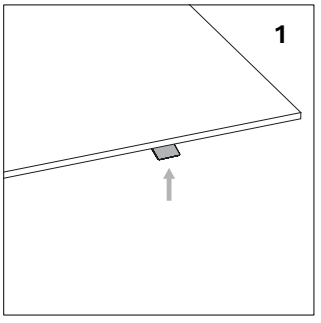
A. Unscrew the nut (8b) and adjust the handle cable (8c): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (8b) after adjusting the cable tension of the handle (8c).



DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299FCAR Small Monocromatico

> Follow Desk Small Monocromatico ha un'escursione in altezza di 500 mm.

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 660 mm e una massima di 1160 mm. Certificato UNI EN 527 con un piano spessore 20 mm.

> Follow Desk Small Monocromatico può montare piani da 1200 mm a 1400 mm di larghezza e da 700 mm a 800 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (1140x690 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + peso accessori) compresi tra i 21,5 e i 29,5 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare:
Es. in caso di utilizzo di un piano di 14 Kg, sono necessari almeno 7,5 Kg di peso accessori (computer, telefono, ecc.) per raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale, mentre è sconsigliato caricare più di 15,5 kg.

> Se è previsto l'utilizzo di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, il montaggio dell'accessorio "counter-balance kit" può ridurre da 1,2 a 9,6 kg la spinta verso l'alto, permettendo di raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> Se è previsto il montaggio di un piano più pesante o è previsto di caricare ulteriormente il piano di lavoro (computer, telefono, ecc.), è possibile aumentare da 1,2 a 7,2 kg la spinta verso l'alto rimuovendo sei zavorre premontate nella traversa.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> La trave con regolazione di portata (opzionale), offre la possibilità di aumentare ulteriormente, la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.

Desk Small Monocromatico	min	max
escursione altezza (mm)	500	
altezza telaio (mm)	660	1160
larghezza piano (mm)	1200	1400
dimensioni piano (mm)	700	800
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	21,5	29,5 / 39,5 *
counter-balance pre-montato (kg)	-1,2	-7,2
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* peso massimo versione con regolazione di portata

** opzionale

					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO	
PESI PIANI	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		1200 mm	1300 mm	1400 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	700 mm	11 kg	12 kg	12 kg	21,5	29,5 / 39,5 *
	800 mm	12 kg	13 kg	14 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	700 mm	14 kg	15 kg	16 kg		
	800 mm	15 kg	17 kg	18 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	700 mm	13 kg	14 kg	15 kg		
	800 mm	15 kg	16 kg	17 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	700 mm	17 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	23 kg		

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299FCAR Large Monocromatico

> Follow Desk Large Monocromatico ha un'escursione in altezza di 500 mm.

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 660 mm e una massima di 1160 mm. Certificato UNI EN 527 con un piano spessore 20 mm.

> Follow Desk Large Monocromatico può montare piani da 1600 mm a 1800 mm di larghezza e da 700 mm a 800 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (1540x690 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 28,5 e i 36,5 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare:
Es. in caso di utilizzo di un piano di 18 Kg, sono necessari almeno 10,5 Kg di pesi accessori (computer, telefono, ecc.) per raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale, mentre è sconsigliato caricare più di 18,5 kg.

> Se è previsto l'utilizzo di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, il montaggio dell'accessorio "counter-balance kit" può ridurre da 1,2 a 9,6 kg la spinta verso l'alto, permettendo di raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> La trave con regolazione di portata (opzionale), offre la possibilità di aumentare ulteriormente, la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.

Desk Large Monocromatico	min	max
escursione altezza (mm)	500	
altezza telaio (mm)	660	1160
larghezza piano (mm)	1600	1800
dimensioni piano (mm)	700	800
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	28,5	36,5 / 46,5 *
counter-balance kit ** (kg)	1,2	9,6

* peso massimo versione con regolazione di portata

** opzionale

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		1600 mm	1700 mm	1800 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	700 mm	14 kg **	15 kg	16 kg	28,5	36,5 / 46,5 *
	800 mm	16 kg	17 kg	18 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	700 mm	18 kg	19 kg	20 kg		
	800 mm	21 kg	22 kg	23 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	700 mm	17 kg	18 kg	19 kg		
	800 mm	20 kg	21 kg	22 kg		
PIANO IN LAMINATO SP 27 mm	700 mm	23 kg	24 kg	26 kg		
	800 mm	26 kg	28 kg	29 kg		

*** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

** peso massimo versione con regolazione di portata*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW DESK MONOCHROMATIC
299FCAR

ISTRUZIONI D'USO

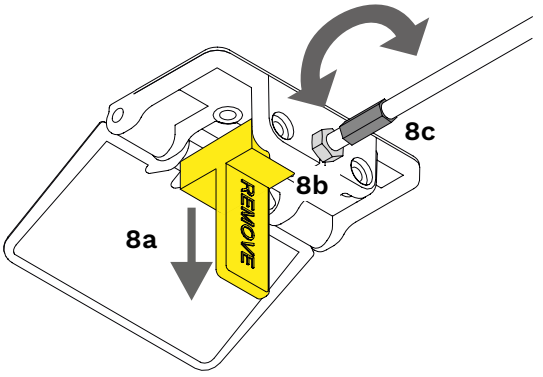
AL PRIMO UTILIZZO:

A. Rimuovere il distanziale di sicurezza inserito nella maniglia di regolazione (8a).

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (8b) e regolare il cavo della maniglia (8c): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (8b) una volta regolata la tensione del cavo (8c).



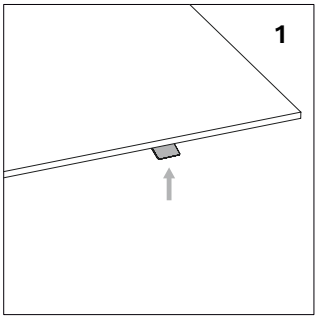
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

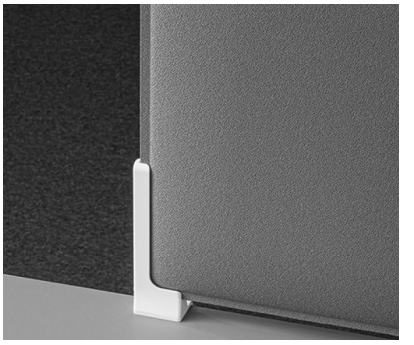
ACOUSTIC PANEL
PANNELLO FONOASSORBENTE

299FP

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **The sound-absorbing panel made with Snowsound technology is an excellent solution for dividing worktops by creating a visual barrier and optimising acoustic comfort.**
Application to the surface using special clamps.
The panel has an Italian Class1 fire reaction and Euroclass B-s2, d0. The panel is 100% recyclable and has no detectable formaldehyde content according to UNI EN 717-2.
The panel has been tested in reverberation chamber according to UNI EN ISO 354 and obtained "Acoustic Absorption Class A", in accordance with UNI EN ISO 11654.

it Il pannello fonoassorbente realizzato con la tecnologia Snowsound è un'ottima soluzione per suddividere i piani di lavoro creando una barriera visiva ed ottimizzando il comfort acustico.
Applicazione al piano mediante appositi morsetti.
Il pannello ha Classe1 Italia di reazione al Fuoco ed Euroclass B-s2, d0. Il pannello è riciclabile al 100% e ha un contenuto di formaldeide non rilevabile secondo la norma UNI EN 717-2.
Il pannello è stato testato in camera riverberante secondo la norma UNI EN ISO 354 ed ha "Classe di Assorbimento Acustico A", in accordo con la norma UNI EN ISO 11654.

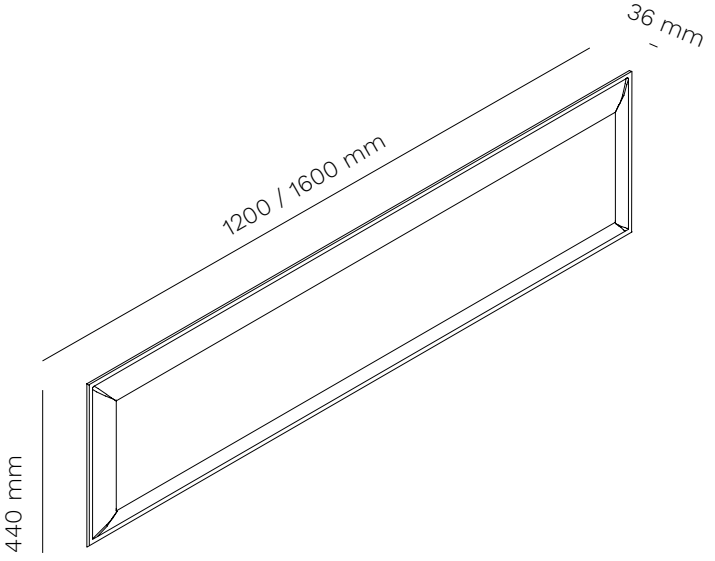


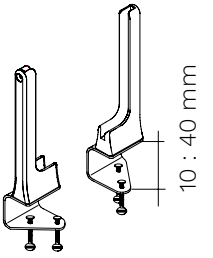


GREENGUARD GOLD

100% POLYESTER

Sound Absorbing





en **Pair of brackets with clamp in powder-coated steel and zamac for connection to the desk top.**

it Coppia attacchi in zama con morsetto in acciaio verniciati con polveri epossidiche per fissaggio al piano della scrivania.

KG

1200 x 440 mm
1,6 kg

KG

1600 x 440 mm
2,6 kg

KG

kit 2 brackets
kit 2 attacchi
1,3 kg

fire-retardant fabric
tessuto ignifugo

8004 **8007** **2005** **8033** **3008** **7004** **6071** **4027**

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

FOLLOW DESK MONOCHROMATIC
299FCAR

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV022025

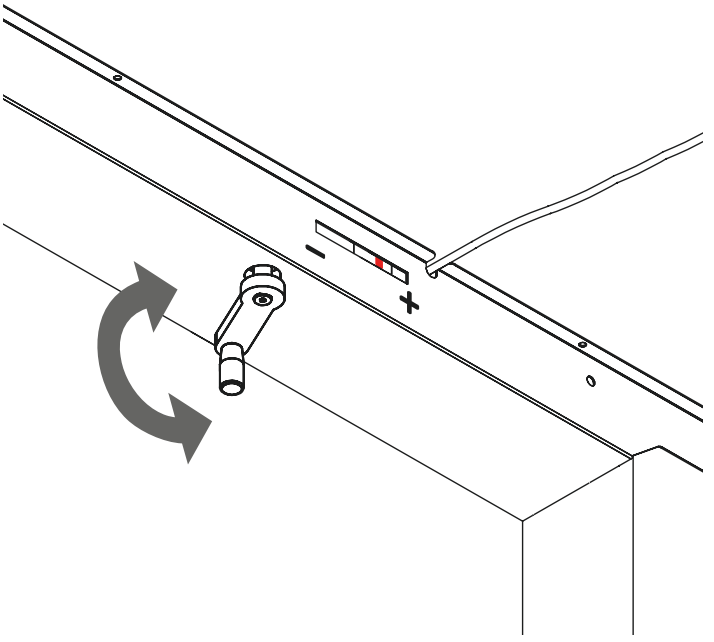
MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

BEAM WITH LOADING ADJUSTER
TRAVERSA CON REGOLAZIONE DI PORTATA

299FTI

INSTRUCTIONS FOR PROPER USE

The beam with loading adjuster offers the possibility of further increasing the thrust upward from 0 to 10 kg.



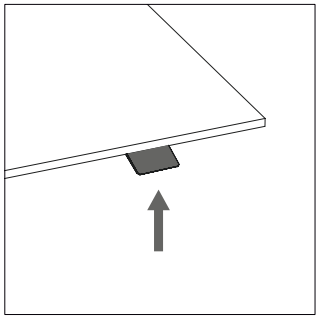
DAILY USE:

1. Place everything you need on the desk.

2. if the table tends to descend while using the the handle (fig.1), turn the lever counter-clockwise to increase the thrust upward. (the red marker will move towards the '+' sign).

3. if the table tends to rise while using the the handle (fig.1), turn the lever clockwise to decrease the thrust upward. (the red marker will move towards the '-' sign).

fig. 1



ATTENTION
Any part of all preassembeld components, supplied by the company, cannot be disassembled unless this is done by Mara staff. The assembling and disassembling of this table must be carried out by skilled fitters following the instructions carefully.

REV022025

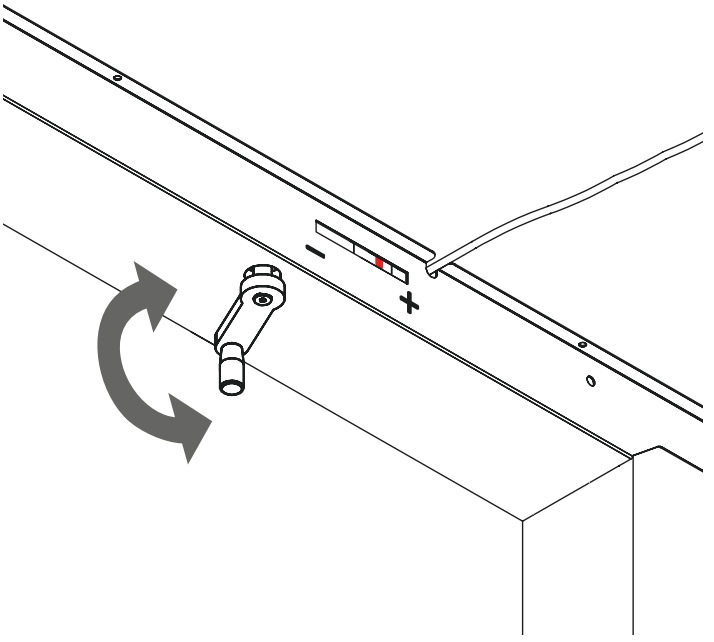
MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

BEAM WITH LOADING ADJUSTER
TRAVERSA CON REGOLAZIONE DI PORTATA

299FTI

ISTRUZIONI D'USO

La trave con regolazione di portata offre la possibilità di aumentare ulteriormente la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.



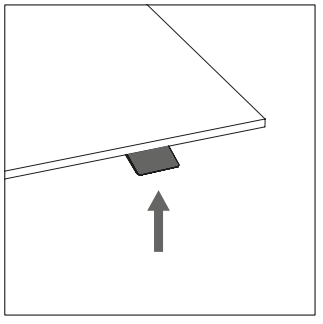
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare tutto il necessario sulla scrivania.

2. se il tavolo tende a scendere quando azionate la maniglia (fig.1), girare la leva in senso anti-orario per aumentare la spinta verso l'alto. (l'indicatore rosso si sposterà verso il segno "+").

3. se il tavolo tende a salire quando azionate la maniglia (fig.1), girare la leva in senso orario per diminuire la spinta verso l'alto. (l'indicatore rosso si sposterà verso il segno "-").

fig. 1



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

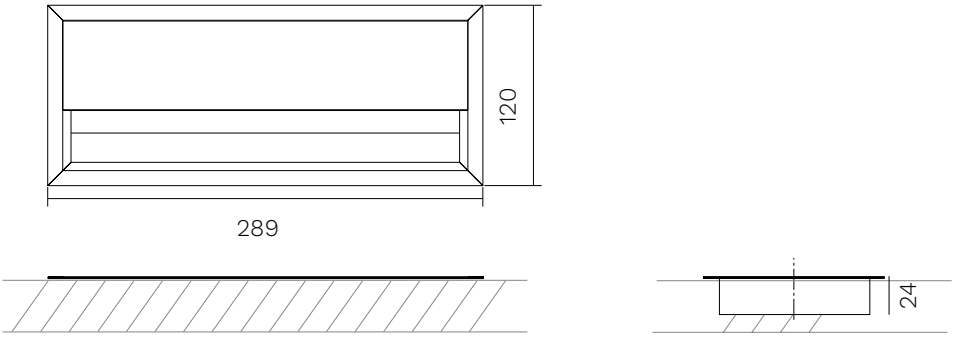
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

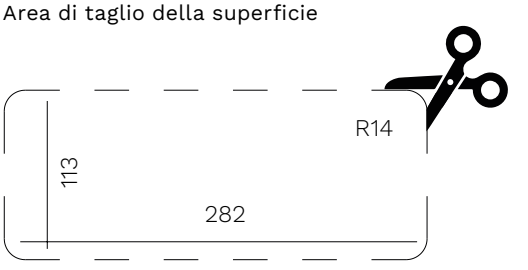
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

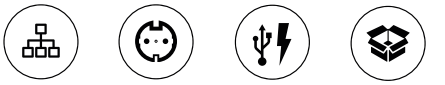
TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

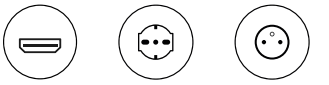
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

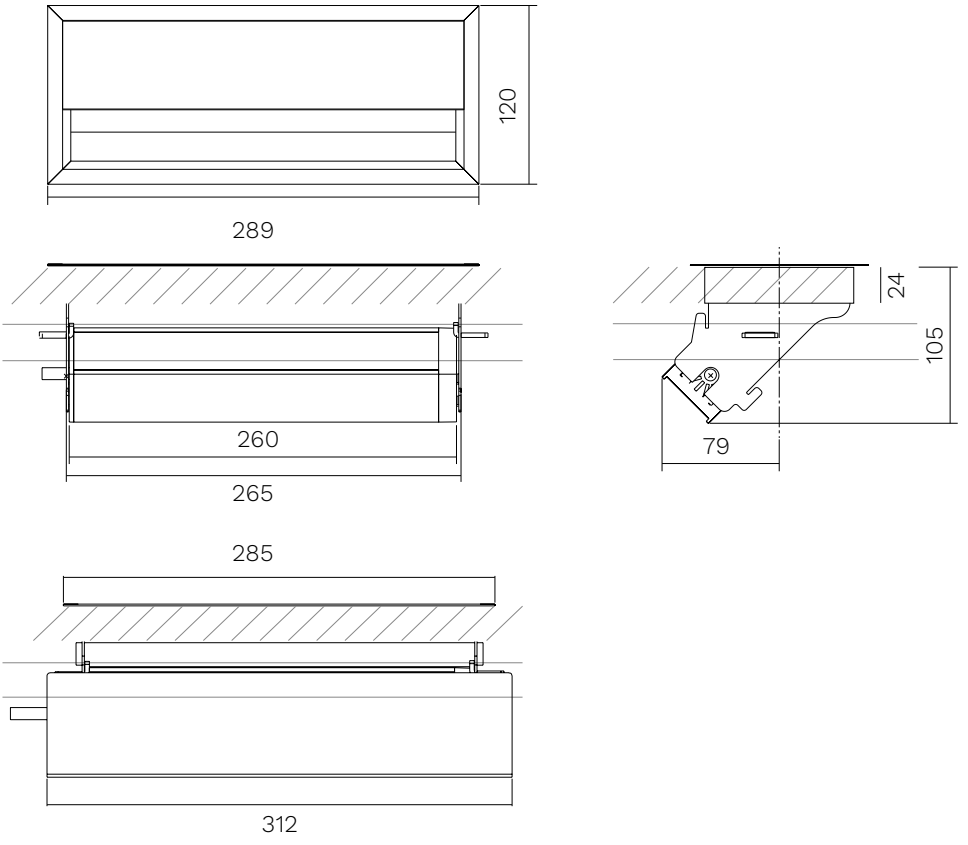
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.



Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

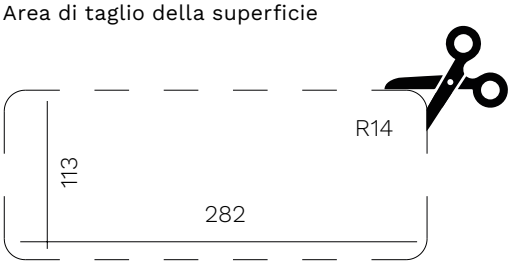


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata



Surface cut-out area

Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

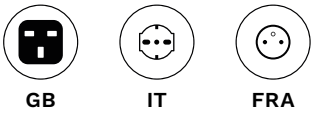
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

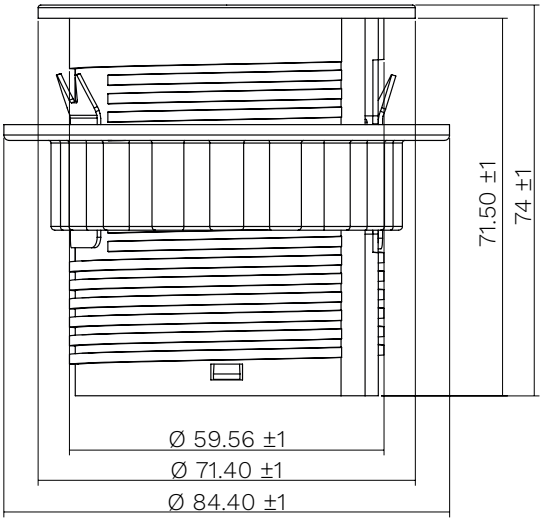
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

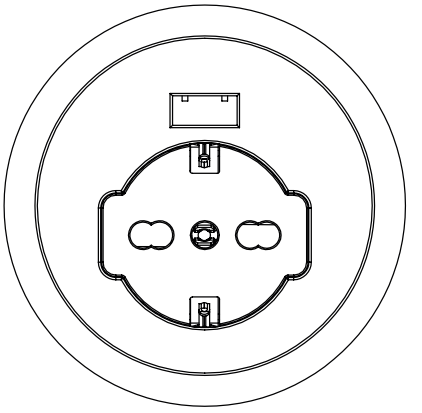


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

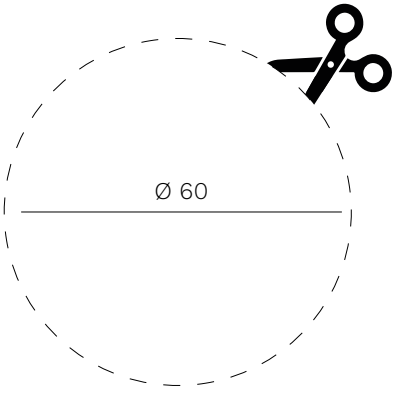


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

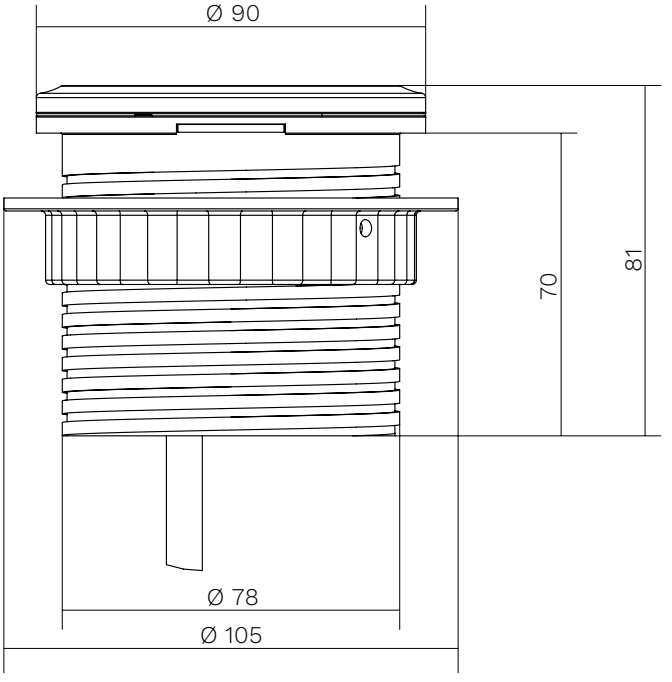
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

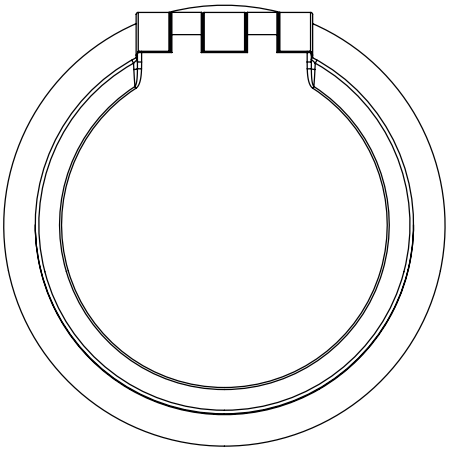
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

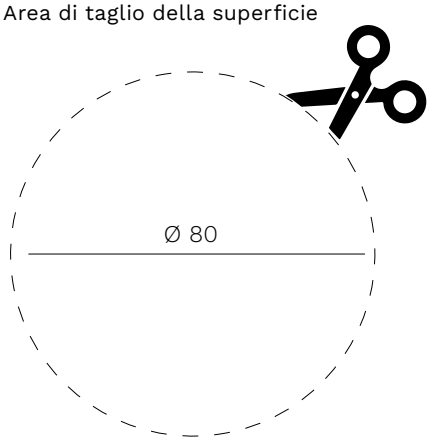
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV022025

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV022025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW ME / design Francesco Barbi
299E

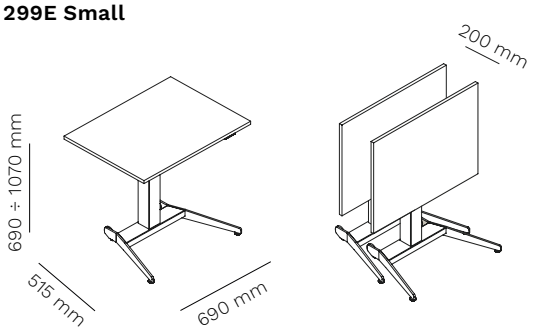
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow Me is the new multitasking, space-saving and height-adjustable table designed for an in- tuitive, simple and dynamic sit-stand use. Equipped with Mara innovative patented “no-gravity” system, it does not require electricity or gas pumps and allows a free positioning within a room. The functional tilting top and practical castors make it is effortlessly moved and immediately used and, once folded, it can also be stored in small rooms taking up very little space. Stackable, compact and sturdy, this product features a dynamic design to perfectly meet the changing requirements of the work. Follow Me is suitable to create agile and smart workspaces also in small domestic environments, it is ideal to furnish offices, meeting and coworking places as well as large training and educational contexts.**

it Follow Me è il nuovo tavolo multitasking, salvaspazio e regolabile in altezza studiato per un utilizzo sit-stand intuitivo, semplice e dinamico. Dotato dell’innovativo sistema “no-gravity” brevettato Mara, non necessita di energia elettrica o di pompe a gas e può essere posizionato ovunque all’interno di una stanza.
Il funzionale piano ribaltabile e le pratiche ruote lo rendono facile da spostare e, una volta richiuso, può essere riposto anche in piccoli ambienti occupando pochissimo spazio. Accatastabile, compatto e robusto è un prodotto nato per rispondere con dinamicità alle nuove esigenze di lavoro che mutano: per creare il proprio workspace domestico agile e smart anche in ambienti ridotti, per arredare uffici, luoghi di incontro e coworking o per grandi contesti training e di formazione.

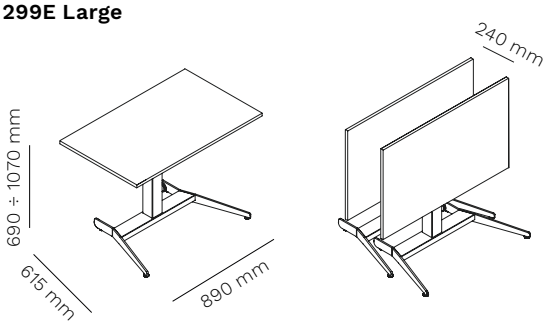
FOLLOW ME
sit-stand table on castors
tavolo regolabile in altezza su ruote

299E Small



top
700 - 1000 x 600 - 700 mm

299E Large



top
900 - 1200 x 650 - 750 mm

1 BASE + BEAM (299E Small) 1 BASE + TRAVERSA (299E Small)	**11 Kg**	**1 pc** 0,025 mc	**20 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 BASE + BEAM (299E Large) 1 BASE + TRAVERSA (299E Large)	**12 kg**	**1 pc** 0,057 mc	
1 COLUMN 1 COLONNA	**8 kg**	**1 pc** 0,078 mc	**12 pcs** / EU pallet

GERMAN DESIGN AWARD WINNER 2023

Seal of Excellence from the European Union’s 2020 Research and Innovation Programme.

Sigillo d’Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell’Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

stackable versions
versioni impilabili

fast
veloce

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

silent
silenzioso

adjustable height
altezza regolabile

no electricity
no elettricità

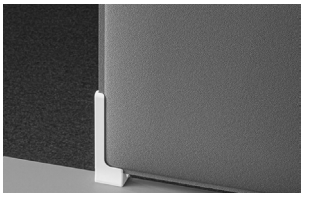
ACCESSORIES / ACCESSORI

299EZ



counter-balance kit (1 zavorre 2,2 kg/cad.)
counter balance kit
(1 x2,2 kg ballasts)

299FP



sound-absorbing panel
pannello fonoassorbente

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW ME / design Francesco Barbi
299E

ACCESSORIES / ACCESSORI

300



cpu holder
portaserver

PASD60



multifunctional sockets
Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

500DROLL



mobile storage system, on castors
cassettiera mobile su ruote

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010

819
textured
raggrinzato
RAL 8019

420
textured
raggrinzato

333
textured
raggrinzato
RAL 3003

111
textured
raggrinzato
RAL 5011

203
textured
raggrinzato
RAL 6003

height excursion column
colonna di escursione dell'altezza

eco chrome
cromo ecologico

700
textured
raggrinzato
RAL 7000

444
textured
raggrinzato
RAL 8004

301
textured
raggrinzato
RAL 7044

131
textured
raggrinzato
RAL 9006

148
textured
raggrinzato
RAL 7016

120
textured
raggrinzato
RAL 9005

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX

0754
Blu
Fes

0791
Giallo
Evora

0751
Rosso
Jaipur

0750
Verde
Comodoro

0032
Bianco
Kos

0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW ME / design Francesco Barbi
299E

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble
marmo bianco


grey marble
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose
rose

yellow
giallo


light blue
azzurro


green
verde

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299E Small

> Follow Me Small has a height range of 380 mm.

> Excluding the table tops it has a minimum height of 690 mm and a maximum of 1070 mm.

> Follow Me Small can be used with table tops from 700 mm to 1000 mm wide and from 600 mm to 700 mm deep.

> The table frame (690x515 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weights) between 12 and 16 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

Follow Me Small	min	max
height range (mm)	380	
frame height (mm)	690	1070
table top width (mm)	700	1000
table top depth (mm)	600	700
table top weight + accessories recommended weight (kg)	12	16
counter-balance kit * (kg)	2,2	4,4

* optional

TOP WEIGHTS						TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width					
SINGLE TOP		700 mm	800 mm	900 mm	1000 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	600 mm	5,5 kg *	6 kg *	7 kg *	7,5 kg *	12	16
	650 mm	6 kg *	7 kg *	7,5 kg *	8 kg *		
	700mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg *	9 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	600 mm	7 kg *	8 kg *	8,5 kg	9,5 kg		
	650 mm	7,5 kg *	8,5 kg	9,5 kg	10,5 kg		
	700mm	8 kg *	9 kg	10 kg	11,5 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	600 mm	6,5 kg *	7,5 kg *	8,5 kg	9,5 kg		
	650 mm	7 kg *	8 kg *	9 kg	10 kg		
	700mm	7,5 kg *	8,5 kg	10 kg	11 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	600 mm	8,5 kg	10 kg	11 kg	12 kg		
	650 mm	9,5 kg	10,5 kg	12 kg	13 kg		
	700mm	10 kg	11,5 kg	13 kg	14,5 kg		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299E Large

> Follow Me Large has a height range of 380 mm.

> Excluding the table tops it has a minimum height of 690 mm and a maximum of 1070 mm.

> Follow Me Large can be used with table tops from 900 mm to 1200 mm wide and from 650 mm to 750 mm deep.

> The table frame (890x615 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weights) between 12 and 16 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

Follow Me Large	min	max
height range (mm)	380	
frame height (mm)	690	1070
table top width (mm)	900	1200
table top depth (mm)	650	750
table top weight + accessories recommended weight (kg)	12	16
counter-balance kit * (kg)	2,2	4,4

* optional

TOP WEIGHTS						TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width					
SINGLE TOP		900 mm	1000 mm	1100 mm	1200mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	650 mm	7,5 kg *	8 kg *	9 kg	10 kg	12	16
	700mm	8 kg *	9 kg	10 kg	11 kg		
	750 mm	8,5 kg	9,5 kg	10,5 kg	11,5 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	650 mm	9,5 kg	10,5 kg	11,5 kg	12,5 kg		
	700mm	10 kg	11,5 kg	12,5 kg	13,5 kg		
	750 mm	11 kg	12 kg	13,5 kg	14,5 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	650 mm	9 kg	10 kg	11 kg	12 kg		
	700mm	10 kg	11 kg	12 kg	13 kg		
	750 mm	10,5 kg	11,5 kg	13 kg	14 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	650 mm	12 kg	13 kg	14,5 kg	16 kg		
	700mm	13 kg	14 kg	15,5 kg	-		
	750 mm	13,5 kg	15 kg	-	-		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

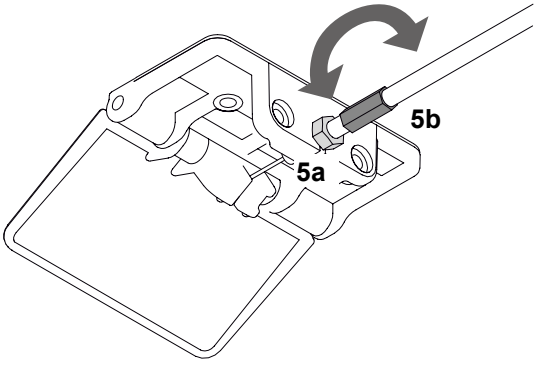
FOLLOW ME / design Francesco Barbi
299E

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

ONLY IF NECESSARY:

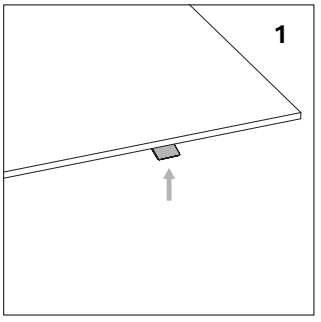
A. Unscrew the nut (5a) and adjust the handle cable (5b): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

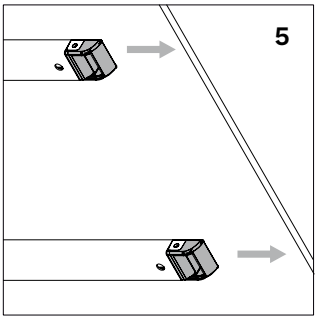
B. Secure the nut (5a) after adjusting the cable tension of the handle (5b).



DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.
5. To tilt the table top, pull the two release levers (fig. 5) and accompany the top in its rotation.





ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299E Small

> Follow Me Small ha un'escursione in altezza di 380 mm.

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 690 mm e una massima di 1070 mm.

> Follow Me Small può montare piani da 700 mm a 1000 mm di larghezza e da 600 mm a 700 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (690x515 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 12 e i 16 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

Follow Me Small	min	max
escursione altezza (mm)	380	
altezza telaio (mm)	690	1070
larghezza piano (mm)	700	1000
dimensioni piano (mm)	600	700
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	12	16
counter-balance kit * (kg)	2,2	4,4

* opzionale

PESI PIANI						PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
	Profondità	Lunghezza					
PIANO SINGOLO		700 mm	800 mm	900 mm	1000 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	600 mm	5,5 kg *	6 kg *	7 kg *	7,5 kg *	12	16
	650 mm	6 kg *	7 kg *	7,5 kg *	8 kg *		
	700mm	6,5 kg *	7 kg *	8 kg *	9 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	600 mm	7 kg *	8 kg *	8,5 kg	9,5 kg		
	650 mm	7,5 kg *	8,5 kg	9,5 kg	10,5 kg		
	700mm	8 kg *	9 kg	10 kg	11,5 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	600 mm	6,5 kg *	7,5 kg *	8,5 kg	9,5 kg		
	650 mm	7 kg *	8 kg *	9 kg	10 kg		
	700mm	7,5 kg *	8,5 kg	10 kg	11 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	600 mm	8,5 kg	10 kg	11 kg	12 kg		
	650 mm	9,5 kg	10,5 kg	12 kg	13 kg		
	700mm	10 kg	11,5 kg	13 kg	14,5 kg		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299E Large

> Follow Me Large ha un'escursione in altezza di 380 mm.

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 690 mm e una massima di 1070 mm.

> Follow Me Large può montare piani da 900 mm a 1200 mm di larghezza e da 650 mm a 750 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (890x615 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 12 e i 16 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

Follow Me Large	min	max
escursione altezza (mm)	380	
altezza telaio (mm)	690	1070
larghezza piano (mm)	900	1200
dimensioni piano (mm)	650	750
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	12	16
counter-balance kit * (kg)	2,2	4,4

* opzionale

PESI PIANI						PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
	Profondità	Lunghezza					
PIANO SINGOLO		900 mm	1000 mm	1100 mm	1200mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	650 mm	7,5 kg *	8 kg *	9 kg	10 kg	12	16
	700mm	8 kg *	9 kg	10 kg	11 kg		
	750 mm	8,5 kg	9,5 kg	10,5 kg	11,5 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	650 mm	9,5 kg	10,5 kg	11,5 kg	12,5 kg		
	700mm	10 kg	11,5 kg	12,5 kg	13,5 kg		
	750 mm	11 kg	12 kg	13,5 kg	14,5 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	650 mm	9 kg	10 kg	11 kg	12 kg		
	700mm	10 kg	11 kg	12 kg	13 kg		
	750 mm	10,5 kg	11,5 kg	13 kg	14 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	650 mm	12 kg	13 kg	14,5 kg	16 kg		
	700mm	13 kg	14 kg	15,5 kg	-		
	750 mm	13,5 kg	15 kg	-	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

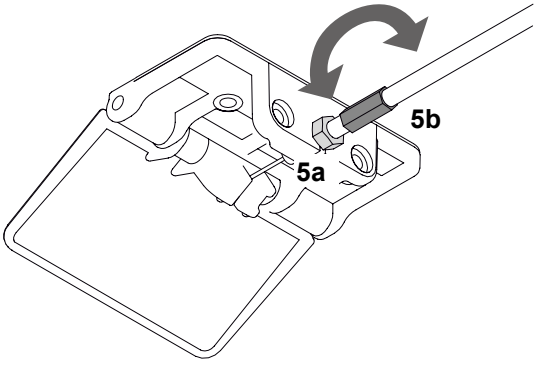
FOLLOW ME / design Francesco Barbi
299E

ISTRUZIONI D'USO

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (5a) e regolare il cavo della maniglia (5b): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (5a) una volta regolata la tensione del cavo (5b).



USO QUOTIDIANO:

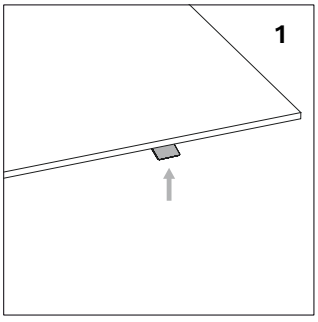
1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

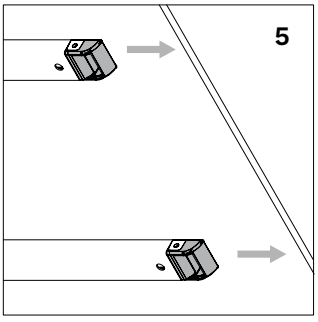
2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.

5. Per verticalizzare il piano tirare le due leve di sblocco (fig. 5) e accompagnare il tavolo nella sua rotazione.





ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

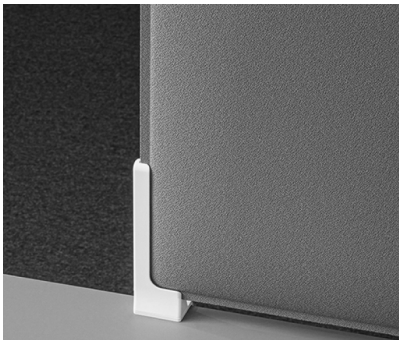
ACOUSTIC PANEL
PANNELLO FONOASSORBENTE

299EP

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **The sound-absorbing panel made with Snowsound technology is an excellent solution for dividing worktops by creating a visual barrier and optimising acoustic comfort.**
Application to the surface using special clamps.
The panel has an Italian Class1 fire reaction and Euroclass B-s2, d0. The panel is 100% recyclable and has no detectable formaldehyde content according to UNI EN 717-2.
The panel has been tested in reverberation chamber according to UNI EN ISO 354 and obtained “Acoustic Absorption Class A”, in accordance with UNI EN ISO 11654.

it Il pannello fonoassorbente realizzato con la tecnologia Snowsound è un’ottima soluzione per suddividere i piani di lavoro creando una barriera visiva ed ottimizzando il comfort acustico.
Applicazione al piano mediante appositi morsetti.
Il pannello ha Classe1 Italia di reazione al Fuoco ed Euroclass B-s2, d0. Il pannello è riciclabile al 100% e ha un contenuto di formaldeide non rilevabile secondo la norma UNI EN 717-2.
Il pannello è stato testato in camera riverberante secondo la norma UNI EN ISO 354 ed ha “Classe di Assorbimento Acustico A”, in accordo con la norma UNI EN ISO 11654.

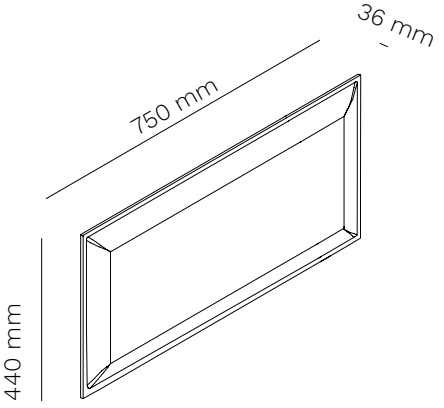


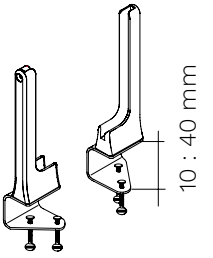


GREENGUARD GOLD

100% POLYESTER

Sound Absorbing





en **Pair of brackets with clamp in powder-coated steel and zamac for connection to the desk top.**

it Coppia attacchi in zama con morsetto in acciaio verniciati con polveri epossidiche per fissaggio al piano della scrivania.

750 x 440 mm
1,3 kg

kit 2 brackets
kit 2 attacchi
1,3 kg

fire-retardant fabric
tessuto ignifugo

8004 **8007** **2005** **8033** **3008** **7004** **6071** **4027**

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV052025

FOLLOW ME / design Francesco Barbi
299E

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

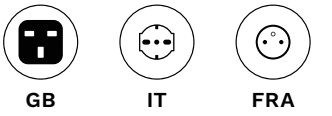
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

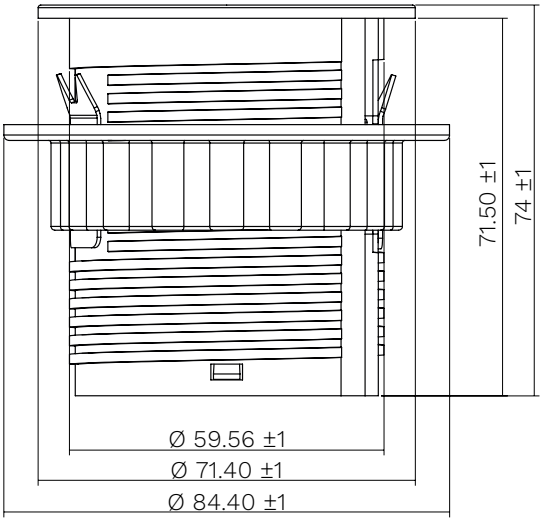
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

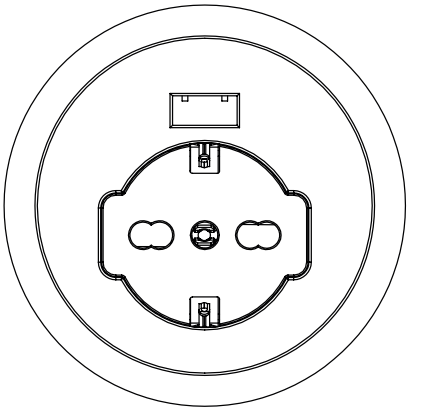


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

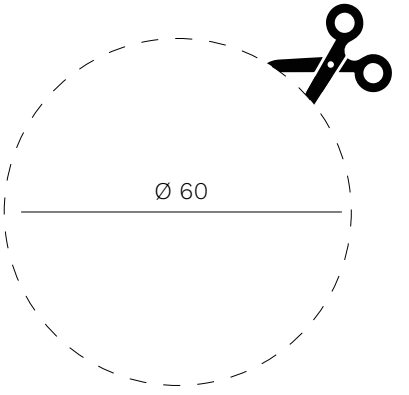


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV052025

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV052025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING
299M

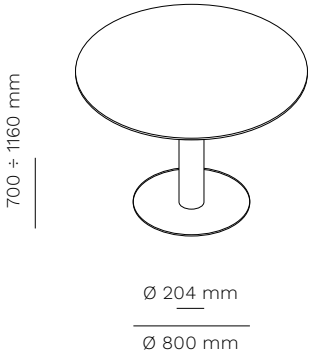
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow is a height-adjustable table that effortlessly and noiselessly adjusts to the user's posture and need. The meeting version with powder coated steel frame, chromed height excursion column and round top available up to 1600 mm in diameter, is ideal for meetings in office spaces but can also be used in meeting and convivial areas. Height-adjustable metal handle.**
Follow Meeting can be placed and moved anywhere: it is not connected to any cable as it does not need any electricity.

it Follow è il tavolo regolabile in altezza che permette di trovare in modo facile, veloce e silenzioso la giusta posizione. La versione meeting con struttura in acciaio verniciato e piano tondo disponibile fino a 1600 mm di diametro è ideale per riunioni in spazi ufficio ma può essere utilizzato anche in aree meeting e zone di convivialità. Maniglia di regolazione dell'altezza in metallo. e colonna di escursione dell'altezza cromata.
Follow Meeting può essere disposto liberamente nella stanza non avendo bisogno di alcuna alimentazione elettrica.

FOLLOW MEETING
sit-stand table
tavolo regolabile in altezza

299M



top
Ø 1200/1600 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.
Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

adjustable height
altezza regolabile

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

no electricity
no elettricità

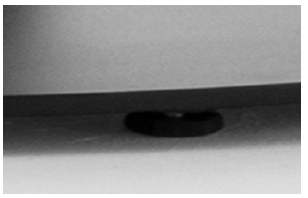
1 BASE 1 BASE	**40 Kg**	**1 pc** 0,026 mc	**6 pcs** / 160 x 100 cm pallet
1 UNDER-TOP CROSS 1 CROCIERA	**15 kg**	**1 pc** 0,034 mc	
1 COLUMN 1 COLONNA	**35 kg**	**1 pc** 0,081 mc	**12 pcs** / EU pallet

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING
299M

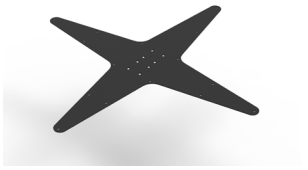
INCLUDED ACCESSORIES / ACCESSORI INCLUSI



foot levelers
piedini livellatori

ACCESSORIES / ACCESSORI

299MZ



counter-balance kit (1 zavorra da 5 kg)
counter-balance kit
(1 x 5 kg ballast)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with multifunctional sockets
passacavi con prese multifunzione

PASD60



multifunctional sockets Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

PASD80



multifunctional sockets with wireless charging Ø 80 mm
prese multifunzione con ricarica wireless Ø 80 mm

299ME



kit for electrification
kit per elettrificazione

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on castors
cassettiera mobile su ruote

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING
299M

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

height excursion column
colonna di escursione dell'altezza



eco chrome
cromo ecologico

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING
299M

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble *
marmo bianco


grey marble *
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose *
rose


yellow *
giallo


light blue *
azzurro


green *
verde

*** finishes available only for Ø 1200 mm tops**
* finiture disponibili solo per piani Ø 1200 mm

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299M

> Follow Meeting has a height range of 460 mm.

> Follow Meeting can be used with table tops from 1200 mm to 1600 mm of diameter.

> The table frame (Ø 800 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 28 and 36 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce by 5 to 10 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement. A second counter-balance kit can be installed to reduce the weight by a further 5 kg.
For further information please contact our Customer Service.

Follow Meeting	min	max
height range (mm)	460	
frame height (mm)	700	1160
top diameter (mm)	Ø 1200	Ø 1600
table top weight + accessories recommended weight (kg)	28	36
counter-balance kit * (kg)	5	10

* optional

TOP WEIGHTS				TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
SINGLE TOP	Ø 1200 mm	Ø 1400 mm	Ø 1600 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	14 kg *	20 kg	25 kg	28	36
MELAMINE TOP 25 mm	18 kg	25 kg	32 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	17 kg	24 kg	31 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	23 kg	31 kg	-		

* ATTENTION TO THE WEIGHT CALCULATIONS

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

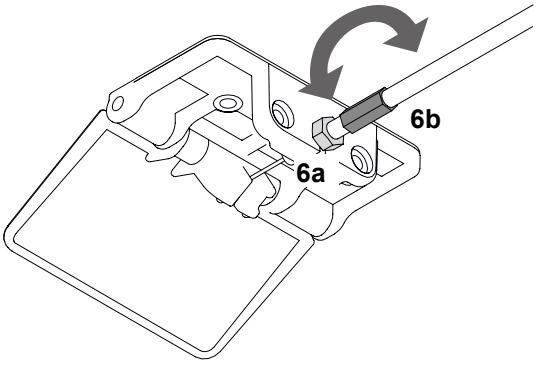
FOLLOW MEETING
299M

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

ONLY IF NECESSARY:

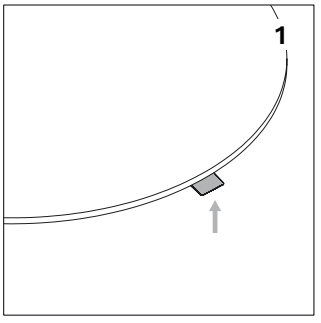
A. Unscrew the nut (6a) and adjust the handle cable (6b): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor rigid.

B. Secure the nut (6a) after adjusting the cable tension of the handle (6b).



DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299M

> Follow Meeting ha un'escursione in altezza di 460 mm.

> Follow Meeting può montare piani da 1200 mm a 1600 mm di diametro.

> Il telaio del tavolo (Ø 800 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 28 e i 36 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre da 5 a 10 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento. Un secondo counter-balance kit può essere montato per ridurre di ulteriori 5 kg la spinta.
Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

Follow Meeting	min	max
escursione altezza (mm)	460	
altezza telaio (mm)	700	1160
diametro piano (mm)	Ø 1200	Ø 1600
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	28	36
counter-balance kit * (kg)	5	10

* opzionale

PESI PIANI				PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
PIANO SINGOLO	Ø 1200 mm	Ø 1400 mm	Ø 1600 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	14 kg *	20 kg	25 kg	28	36
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	18 kg	25 kg	32 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	17 kg	24 kg	31 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	23 kg	31 kg	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

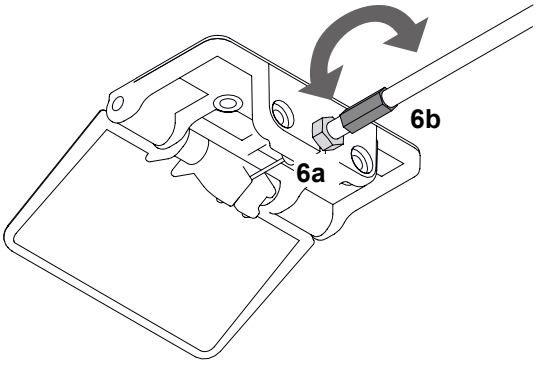
FOLLOW MEETING
299M

ISTRUZIONI D'USO

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (6a) e regolare il cavo della maniglia (6b): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (6a) una volta regolata la tensione del cavo.



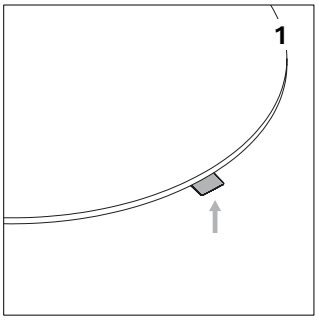
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING
299M

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

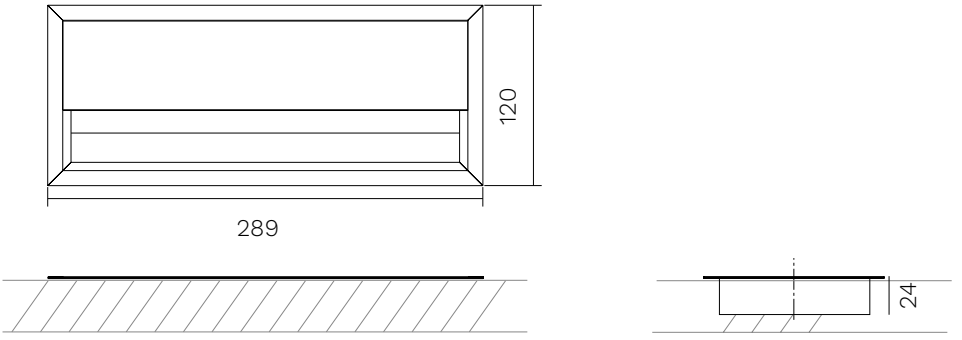
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

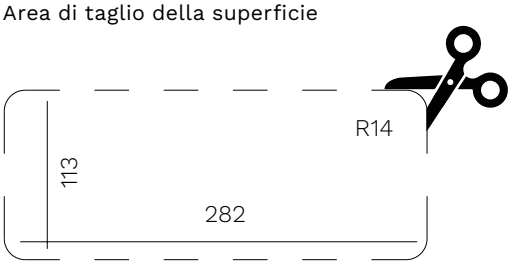
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV072024

TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

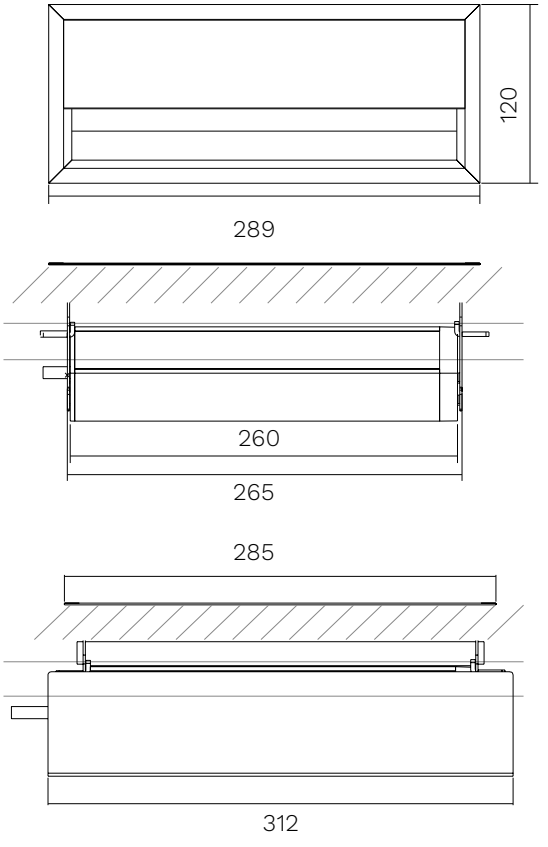
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.

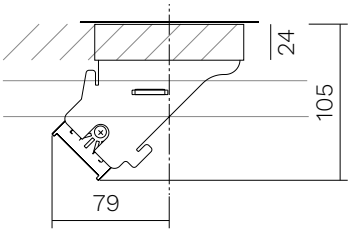
RJ45 **DE** **USB** **1**

Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI **IT** **FRA**

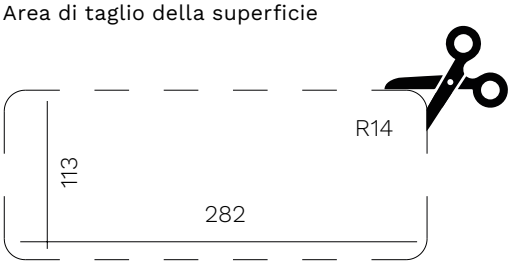
*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area

Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium alluminio

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV072024

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

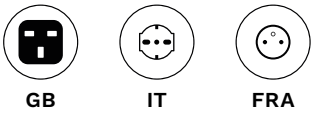
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

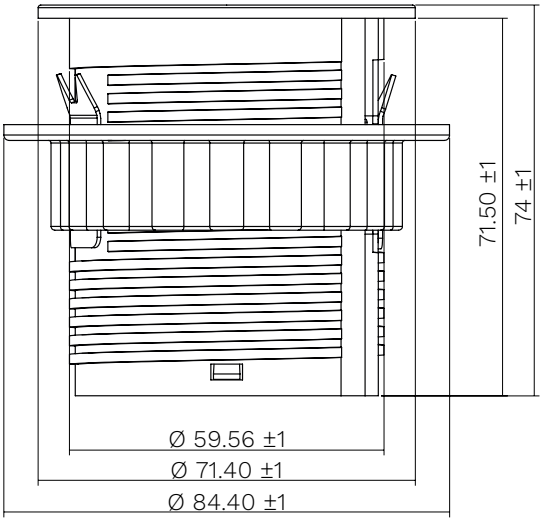
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

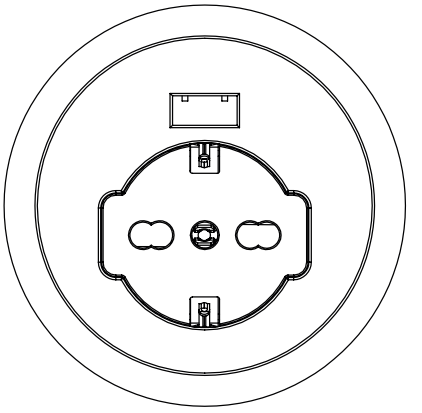


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

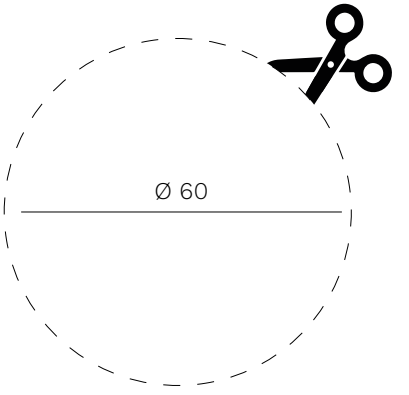


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco

black nero



REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

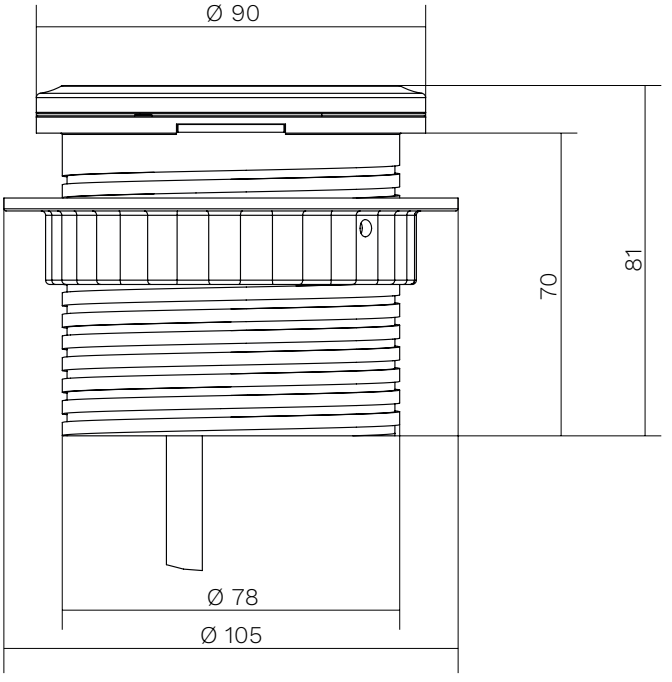
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

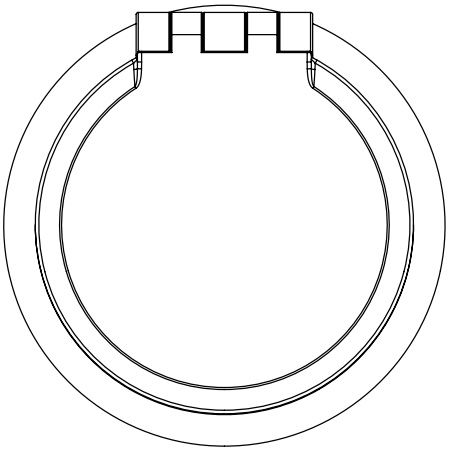
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

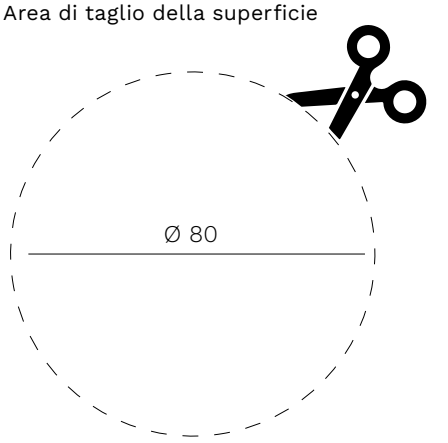
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV072024

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING CONE
299MC

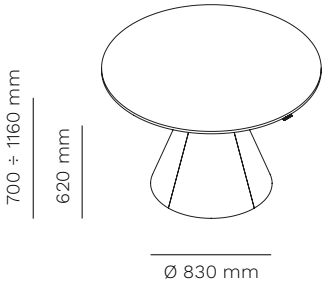
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow sit-stand tables collection with Mara's patented mechanical height- adjustment system, is enriched with Follow Meeting Cone, which softens the central column design of Follow Meeting with a conical base, designed also for residential spaces.**
The top and the base feature a geometry that generates a sculptural element for interiors with the most varied formal expressions. The wide range of colours and finishes allows the entire collection to be customised in multiple combinations.

it La famiglia di tavoli sit-stand Follow, con sistema di regolazione dell'altezza meccanico brevettato Mara, si arricchisce con Follow Meeting Cone che ammorbidisce il design a colonna centrale della versione Meeting, con una base conica, ideata anche per gli spazi residenziali.
L'incontro di geometrie fra piano e supporto genera un elemento scultoreo per interni, dalle più variegate espressioni formali. L'ampia gamma di colori e finiture permette la personalizzazione dell'intera collezione in molteplici combinazioni.

FOLLOW MEETING CONE
sit-stand table
tavolo regolabile in altezza

299MC



top
Ø 1400 / 1600 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.
Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

no electricity
no elettricità

fast
veloce

silent
silenzioso

adjustable height
altezza regolabile

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

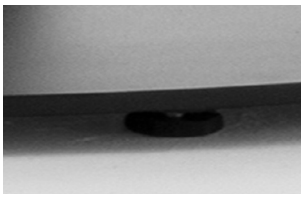
1 BASE 1 BASE	**40 Kg**	**1 pc** 0,026 mc	**6 pcs bases + 6 pcs under-top cross + 6 pcs fixing plates + 6 pcs cone / 160 x 100 cm pallet** 6 pcs basi + 6 pcs crociera + 6 pcs piastre fissaggio + 6 pcs cono / 160 x 100 cm pallet
1 UNDER-TOP CROSS 1 CROCIERA	**15 kg**	**1 pc** 0,034 mc	
1 FIXING PLATE 1 PIASTRA FISSAGGIO	**0,1 kg**	**1 pc** 0,006 mc	
1 CONE 1 CONO	**12 kg**	**1 pc** 0,112 mc	
1 COLUMN 1 COLONNA	**35 kg**	**1 pc** 0,081 mc	**45 pcs** / 160 x 100 cm pallet

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING CONE
299MC

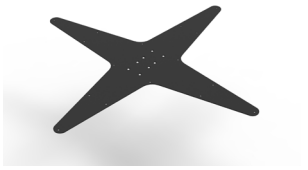
INCLUDED ACCESSORIES / ACCESSORI INCLUSI



foot levelers
piedini livellatori

ACCESSORIES / ACCESSORI

299MZ



counter-balance kit (1 zavorra da 5 kg)
counter-balance kit
(1 x 5 kg ballast)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with multifunctional sockets
passacavi con prese multifunzione

PASD60



multifunctional sockets Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

PASD80



multifunctional sockets with wireless charging Ø 80 mm
prese multifunzione con ricarica wireless Ø 80 mm

299ME



kit for electrification
kit per elettrificazione

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on castors
cassettiera mobile su ruote

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING CONE
299MC

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

height excursion column
colonna di escursione dell'altezza



eco chrome
cromo ecologico

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING CONE
299MC

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble *
marmo bianco


grey marble *
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose *
rose


yellow *
giallo


light blue *
azzurro


green *
verde

*** finishes available only for Ø 1200 mm tops**
* finiture disponibili solo per piani Ø 1200 mm

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299MC

> Follow Meeting Cone has a height range of 460 mm.

> Follow Meeting Cone can be used with table tops from 1400 mm to 1600 mm of diameter.

> The table frame (Ø 830 mm) is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 28 and 36 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce by 5 to 10 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement.
A second counter-balance kit can be installed to reduce the weight by a further 5 kg.
For further information please contact our Customer Service.

Meeting Cone	min	max
height range (mm)	460	
frame height (mm)	700	1160
top diameter (mm)	Ø 1400	Ø 1600
table top weight + accessories recommended weight (kg)	28	36
counter-balance kit * (kg)	5	10

* optional

TOP WEIGHTS			TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
SINGLE TOP	Ø 1400 mm	Ø 1600 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	20 kg	25 kg	28	36
MELAMINE TOP 25 mm	25 kg	32 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	24 kg	31 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	31 kg	-		

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

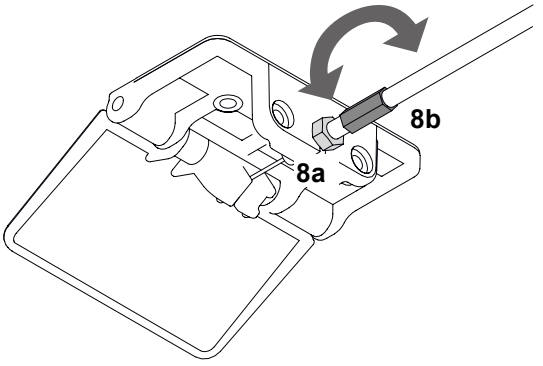
FOLLOW MEETING CONE
299MC

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

ONLY IF NECESSARY:

A. Unscrew the nut (8a) and adjust the handle cable (8b): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (8a) after adjusting the cable tension of the handle (8b).



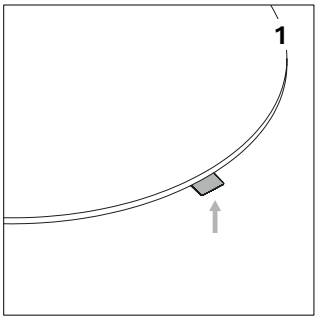
DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).

2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.

3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).

4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299MC

> Follow Meeting Cone ha un'escursione in altezza di 460 mm.

> Follow Meeting Cone può montare piani da 1400 mm a 1600 mm di diametro.

> Il telaio del tavolo (Ø 830 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 28 e i 36 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre da 5 a 10 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento. Un secondo counter-balance kit può essere montato per ridurre di ulteriori 5 kg la spinta. Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

Meeting Cone	min	max
escursione altezza (mm)	460	
altezza telaio (mm)	700	1160
diametro piano (mm)	Ø 1400	Ø 1600
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	28	36
counter-balance kit * (kg)	5	10

* opzionale

PESI PIANI			PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
PIANO SINGOLO	Ø 1400 mm	Ø 1600 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	20 kg	25 kg	28	36
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	25 kg	32 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	24 kg	31 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	31 kg	-		

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

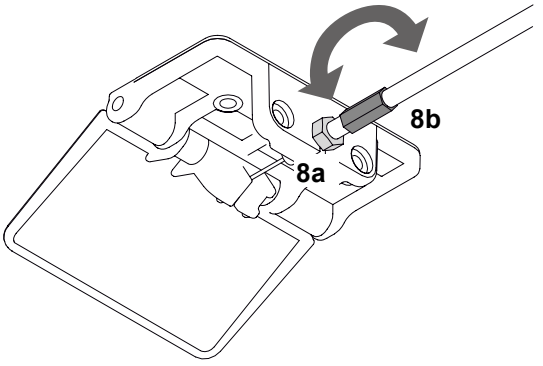
FOLLOW MEETING CONE
299MC

ISTRUZIONI D'USO

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (8a) e regolare il cavo della maniglia (8b): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (8a) una volta regolata la tensione del cavo (8b).



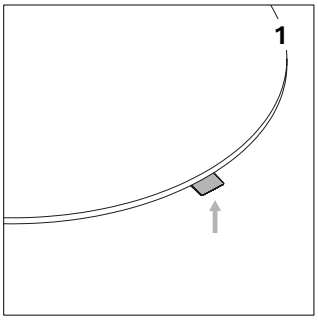
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING CONE
299MC

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

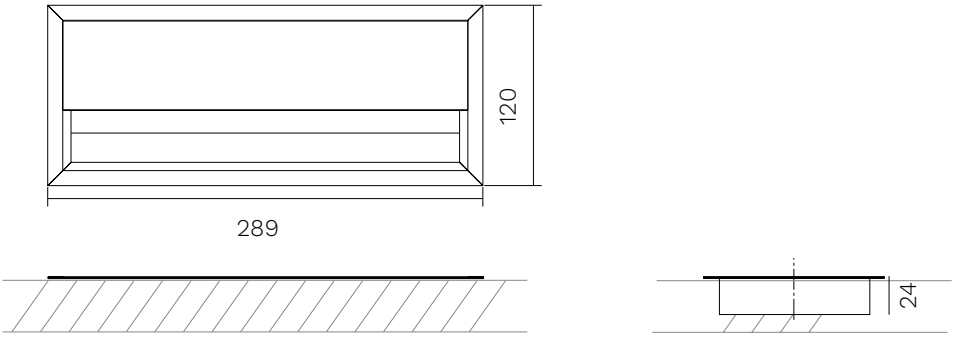
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

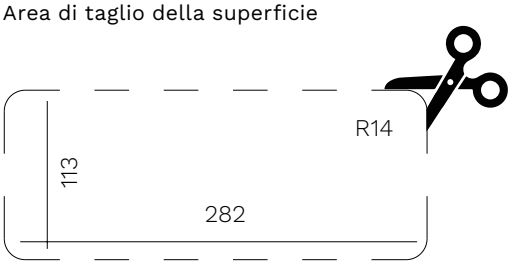
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV072024

TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

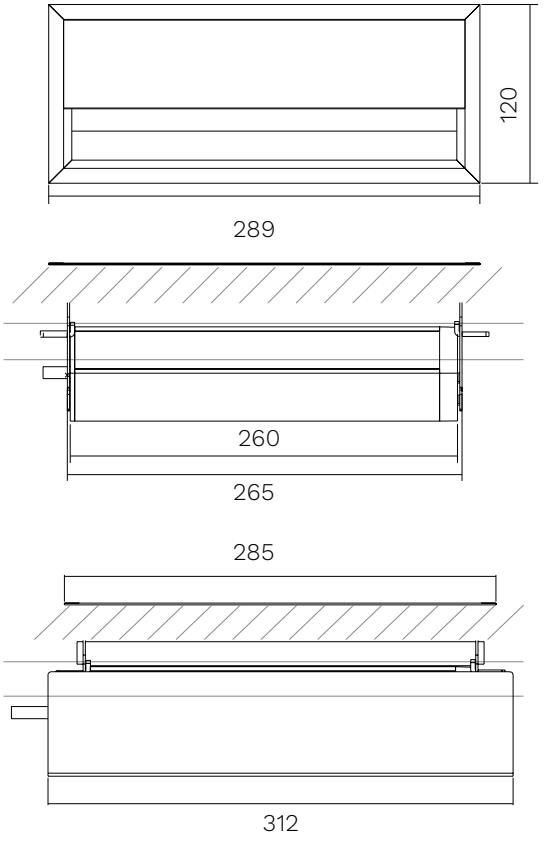
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.

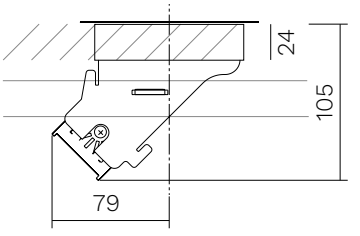
RJ45 **DE** **USB** **1**

Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI **IT** **FRA**

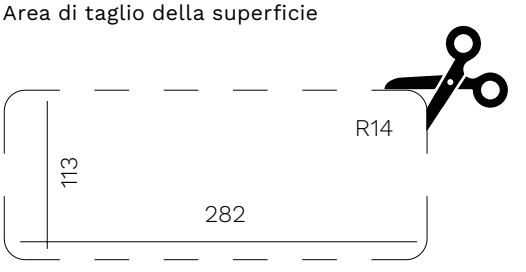
*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area

Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium alluminio

black nero



REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

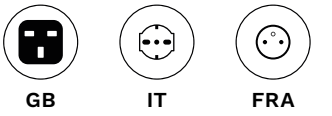
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

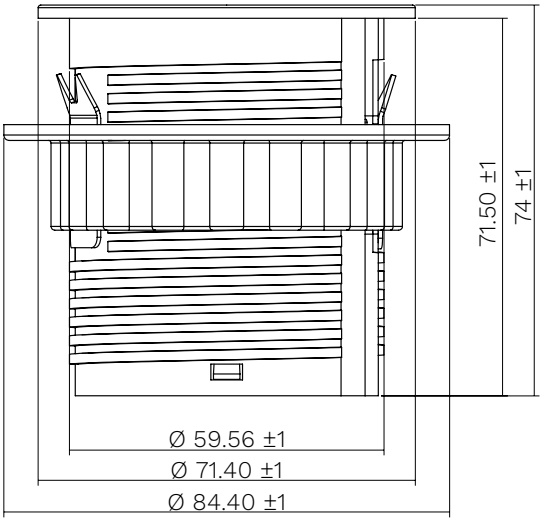
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

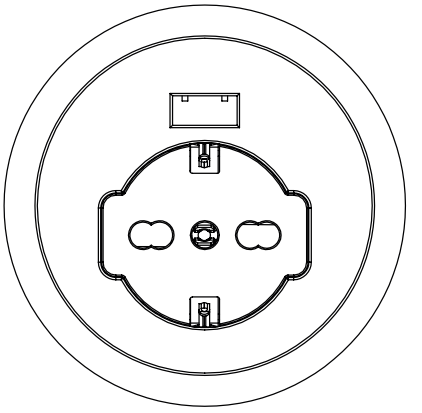


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

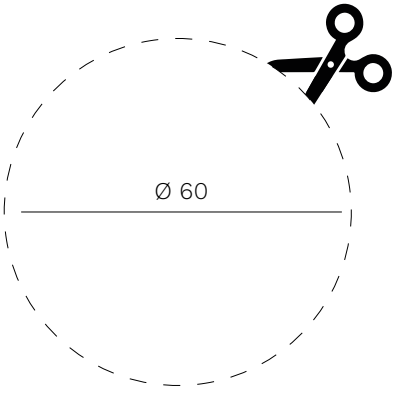


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco

black nero



REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

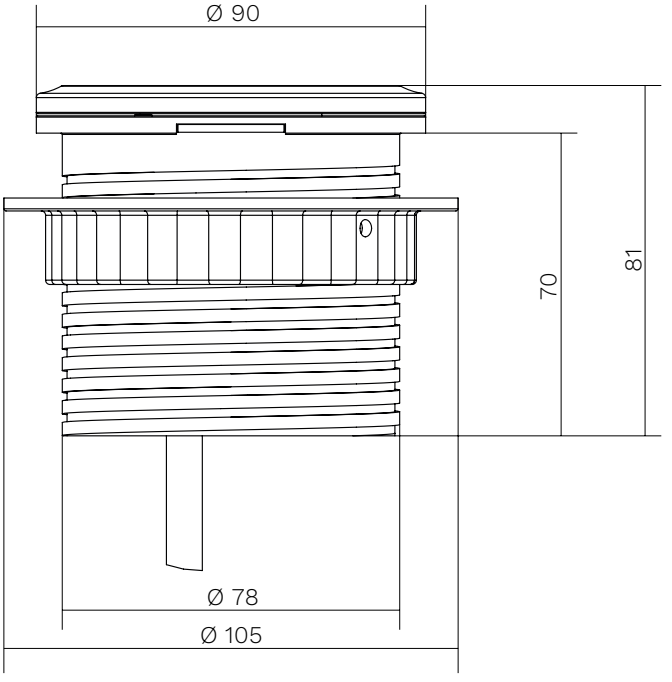
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

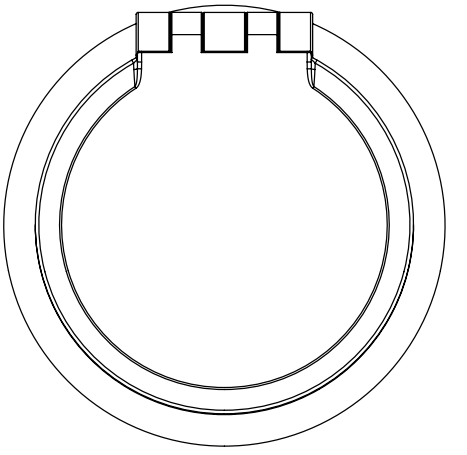
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

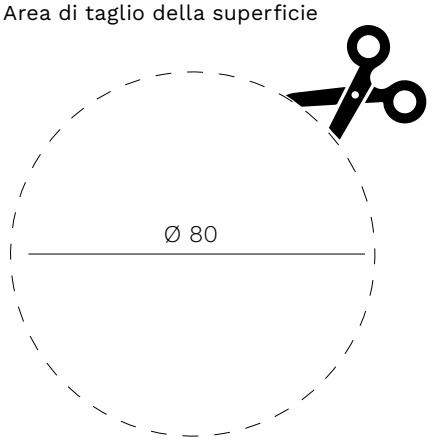
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV072024



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

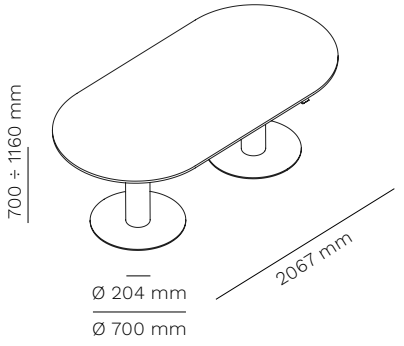
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow Meeting Large is the sit-stand table for conviviality. “No-gravity” is the name of Mara’s innovative patented system to adjust the height of a top as big as 3000×1400 mm, with a simple touch. An intuitive, quick and silent regulation. 100% recyclable (and sustainable) Follow Meeting Large fulfills the requirements of ergonomy and comfort for working as well as domestic environments. Sturdy and steady the structure of the table comprises a twin base in powder- coated steel and an integrated cable tray. An array of colours and finishes let this table be customized in multiple combinations.**

it Follow Meeting Large è il grande tavolo conviviale, regolabile in altezza. L’innovativo sistema “no-gravity” brevettato Mara consente di regolare, con il semplice tocco di una maniglia, l’altezza di un piano grande fino a 3000×1400 mm in modo intuitivo, veloce e silenzioso. 100% riciclabile (e sostenibile), Follow Meeting Large è un tavolo sit-stand che risponde ai bisogni di ergonomia e comfort non solo negli uffici ma anche in contesti residenziali.
Struttura stabile e robusta composta da una doppia base in acciaio verniciato e da una vasca porta cavi integrata. Un’ampia scelta di colori e finiture permette la personalizzazione del tavolo in molteplici combinazioni.

FOLLOW MEETING LARGE
sit-stand table
tavolo regolabile in altezza

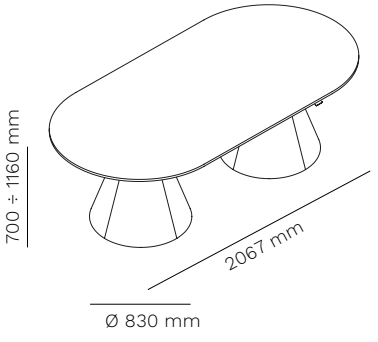
298ML



top
2600 - 3000 x 1200 - 1400 mm

FOLLOW MEETING CONE LARGE
sit-stand table with conical base
tavolo regolabile in altezza con base conica

298MLCONE



top
2600 - 3000 mm x 1200 - 1400 mm

INNOVATION AWARD ARCHITECTURE+ OFFICE 2022 SPECIAL MENTION

Seal of Excellence from the European Union’s 2020 Research and Innovation Programme.

Sigillo d’Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell’Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

no electricity
no elettricità

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

adjustable height
altezza regolabile

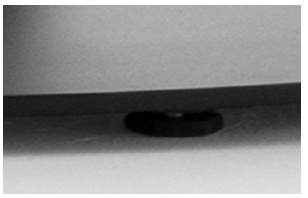
2 BASES 2 BASI	**20 Kg** / cad	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 160 x 100 cm pallet
1 BEAM 1 TRAVERSA	**4,5 kg**	**1 pc** 0,057 mc	**30 pcs** / 160 x 110 cm pallet
2 UNDER-TOP CROSSES 2 CROCIERE	**7,5 kg** / cad	**1 pc** 0,073 mc	**27 pcs** / EU pallet
2 COLUMNS 2 COLONNE	**17,5 kg** / cad	**1 pc** 0,081 mc	**12 pcs** / EU pallet

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

INCLUDED ACCESSORIES / ACCESSORI INCLUSI



foot levelers
piedini livellatori

ACCESSORIES / ACCESSORI

299FZ



counter balance kit
(2 zavorre 1,2 kg/cad.)
counter balance kit
(2 x 1,2 kg ballasts)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with
multifunctional sockets
passacavi con prese
multifunzione

PASD60



multifunctional sockets
Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

PASD80



multifunctional sockets
with wireless charging
Ø 80 mm
prese multifunzione con
ricarica wireless Ø 80 mm

299ME



kit for electrification
kit per elettrificazione

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on
castors
cassettiera mobile su ruote

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble *
marmo bianco


grey marble *
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose *
rose

yellow *
giallo


light blue *
azzurro


green *
verde

*** finishes available only for Ø 1200 mm tops**
* finiture disponibili solo per piani Ø 1200 mm

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

> Follow Meeting Large has a height range of 460 mm.

> Follow Meeting Large can be used with tops from 2600 mm to 3000 mm in length.

> The table frame is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 57 and 65 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce 14,4 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement.

Meeting Large	min	max
height range (mm)	460	
frame height (mm)	700	1160
top (mm)	2600	3000
table top weight + accessories recommended weight (kg)	57	65
counter-balance kit * (kg)	1,2	14,4

* optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		2600 mm	2800 mm	3000 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	1200 mm R600	36 kg *	39 kg	44 kg	57	65
	1400 mm R700	41 kg	45 kg	48 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	1200 mm R600	45 kg	49 kg	53 kg		
	1400 mm R700	52 kg	56 kg	61 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	1200 mm R600	43 kg	47 kg	51 kg		
	1400 mm R700	50 kg	54 kg	58 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	1200 mm R600	57 kg	62 kg	-		
	1400 mm R700	66 kg	-	-		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

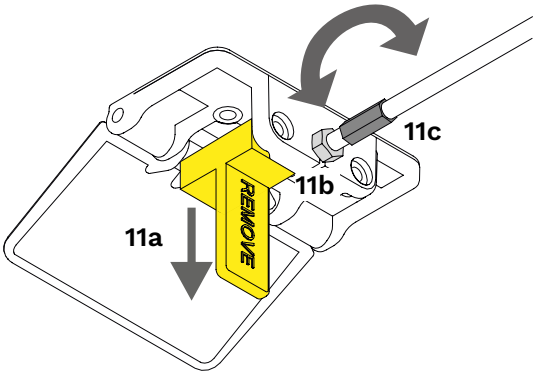
FIRST USE:

A. Remove the safety-spacer from the adjustment handle (9a).

ONLY IF NECESSARY:

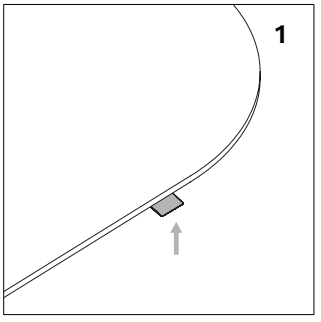
A. Unscrew the nut (11b) and adjust the handle cable (11c): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (11b) after adjusting the cable tension of the handle (11c).



DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

> Follow Meeting Large ha un'escursione in altezza di 460 mm.

> Follow Meeting Large può montare piani da 2600 mm a 3000 mm di lunghezza.

> Il telaio del tavolo è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 57 e i 65 kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre fino a 14,4 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento.

Meeting Large	min	max
escursione altezza (mm)	460	
altezza telaio (mm)	700	1160
piano (mm)	2600	3000
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	57	65
counter-balance kit * (kg)	1,2	14,4

* opzionale

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		2600 mm	2800 mm	3000 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	1200 mm R600	36 kg *	39 kg	44 kg	57	65
	1400 mm R700	41 kg	45 kg	48 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	1200 mm R600	45 kg	49 kg	53 kg		
	1400 mm R700	52 kg	56 kg	61 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	1200 mm R600	43 kg	47 kg	51 kg		
	1400 mm R700	50 kg	54 kg	58 kg		
PIANO IN LAMINATO SP 27 mm	1200 mm R600	57 kg	62 kg	-		
	1400 mm R700	66 kg	-	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

ISTRUZIONI D'USO

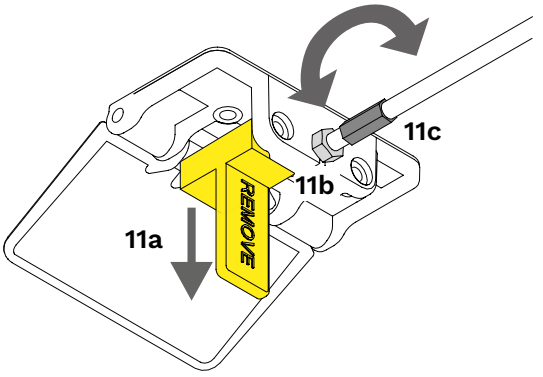
AL PRIMO UTILIZZO:

A. Rimuovere il distanziale di sicurezza inserito nella maniglia di regolazione (11a).

SOLO SE NECESSARIO:

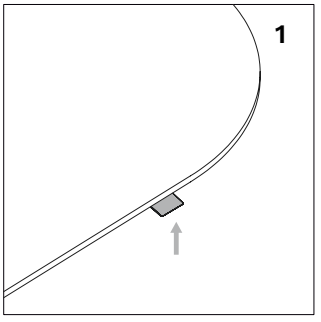
A. Svitare il dado (11b) e regolare il cavo della maniglia (11c): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (11b) una volta regolata la tensione del cavo (11c).



USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).
2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.
3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").
4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML, 298MLCONE

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

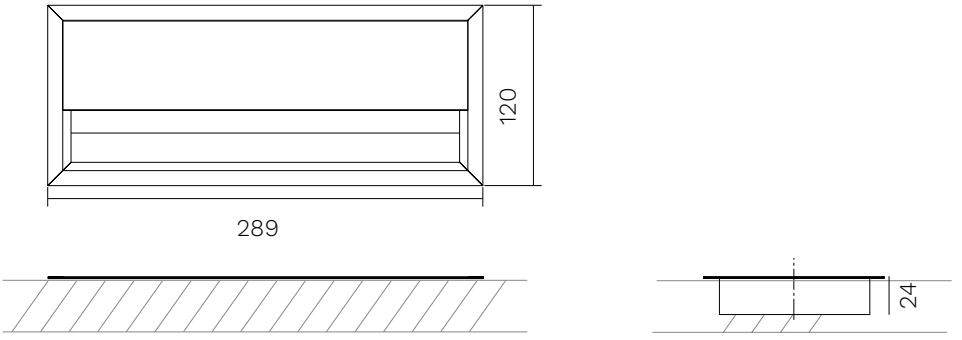
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

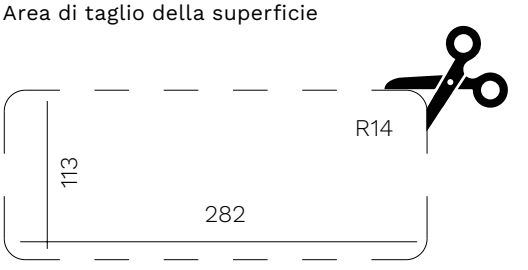
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV032025

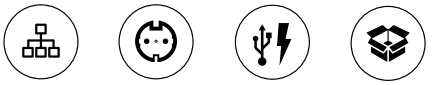
TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

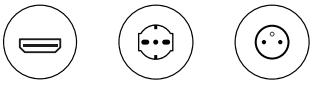
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

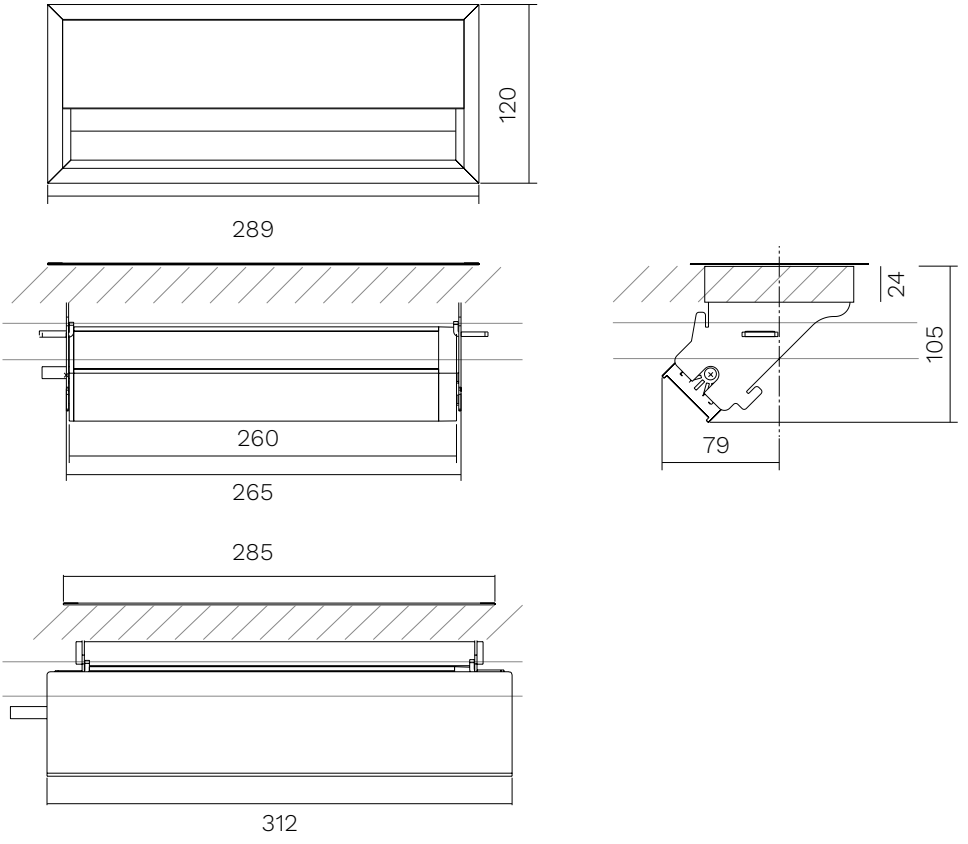
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.



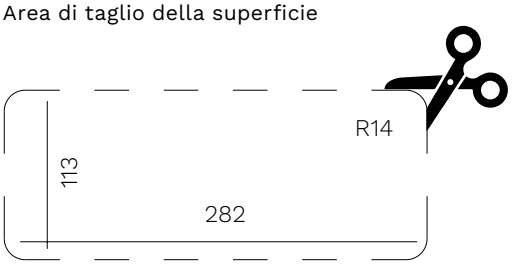
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:



*** dedicated quotation** / quotazione dedicata



Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV032025

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

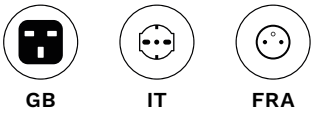
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

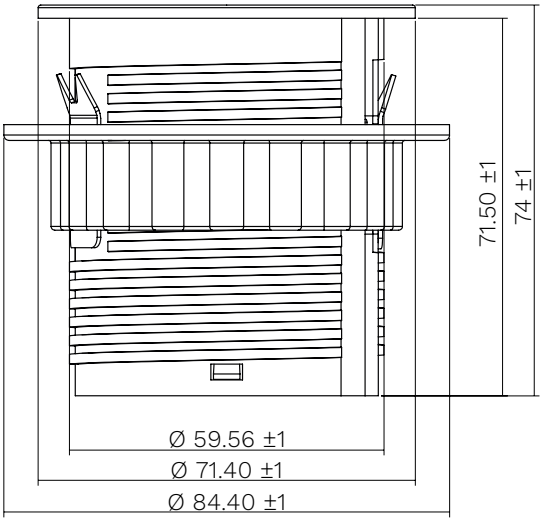
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

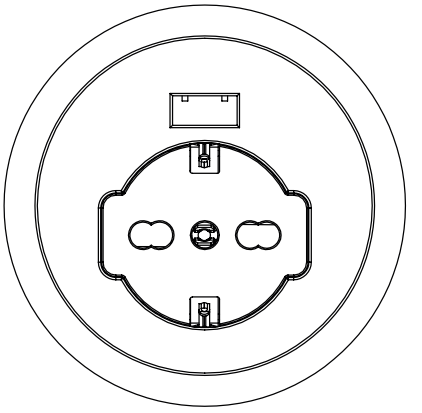


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

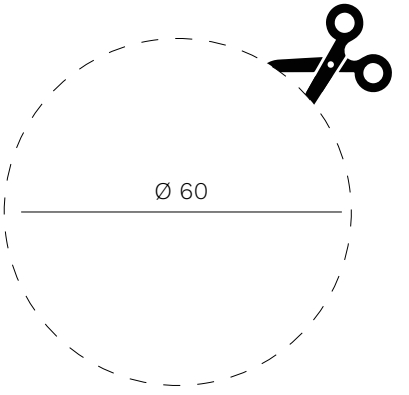


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white
bianco

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV032025

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

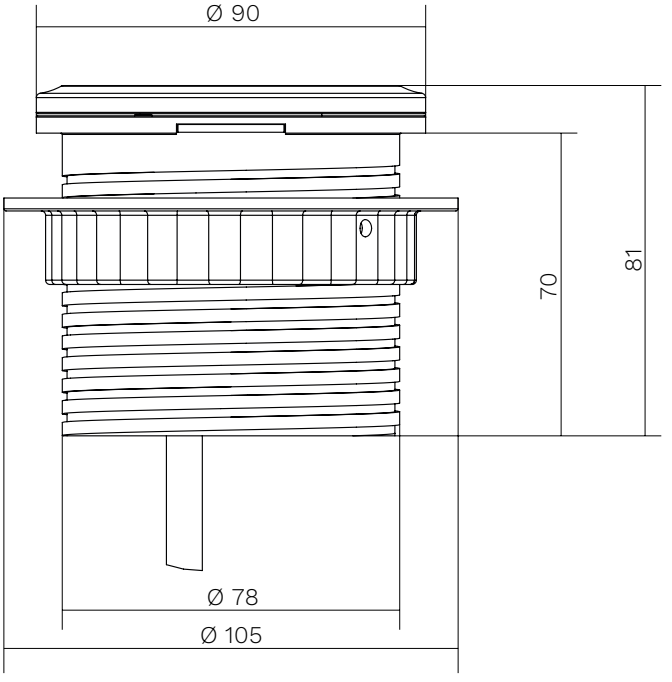
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

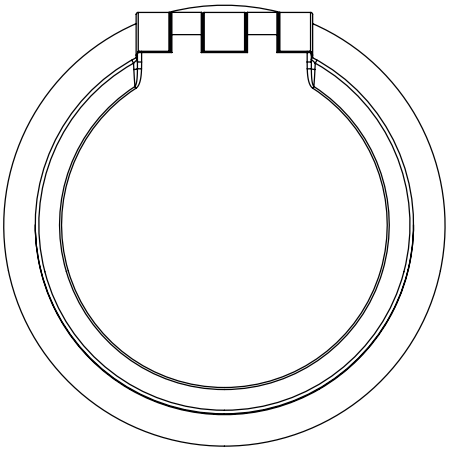
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

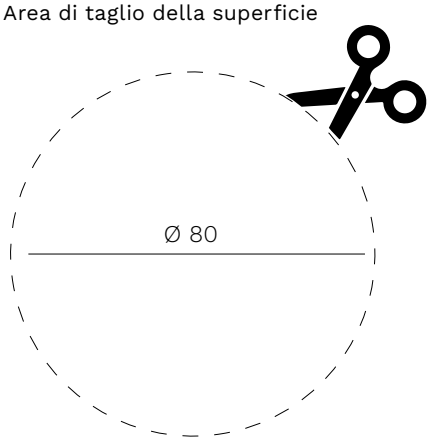
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV032025

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

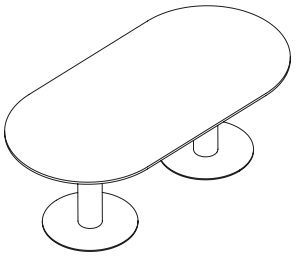
it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV032025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML

SUSTAINABILITY SHEET / SCHEDA DI SOSTENIBILITÀ



REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

MATERIALS USED* / MATERIALI UTILIZZATI*

en **Follow Meeting Large is made of materials that can be recycled or reused so to reduce wastes.**

it Follow Meeting Large è stato progettato affinchè tutti i materiali utilizzati possano essere riciclati o riutilizzati a fine vita, riducendo gli sprechi.

Recycled materials
Materiali riciclati
> 43%

Disassembly
Disassemblabilità
> 97%

Recyclable materials
Materiali riciclabili
> 84%

Total weight
Peso totale
179,53 kg

Steel weight
Peso acciaio
126,7 kg

Powder coating
Verniciatura a polvere
0,63 kg

PP weight
Peso PP
1,2 kg

Top weight
Peso Piano
51 kg

OTHER INFORMATION / ALTRE INFORMAZIONI

en **The automations implemented in the production of Follow Meeting Large involve minimal energy consumption and emissions aimed at the lowest possible environmental impact.**

it Le automazioni messe in atto per la produzione di Follow Meeting Large prevedono assorbimenti energetici ed emissioni minime finalizzate al più basso impatto ambientale possibile.

Renewable energy adopted for production
Energia rinnovabile utilizzata per la produzione
> 99%

Powder coating VOC emission
Emissione di VOC vernice a polvere
0%

Made in Italy parts
Componenti Made in Italy
> 97%

Spare parts availability
Disponibilità di ricambi
> 10 years / anni

Durability design
Progettato per durare nel tempo
> 15 years / anni

*** Data refer to a Table Follow Meeting Large with laminate material effect top 3000x1200x20 mm** / * Dati referiti a un tavolo Follow Meeting Large con piano in laminato materico 3000x1200x20 mm

FOLLOW MEETING LARGE
298ML

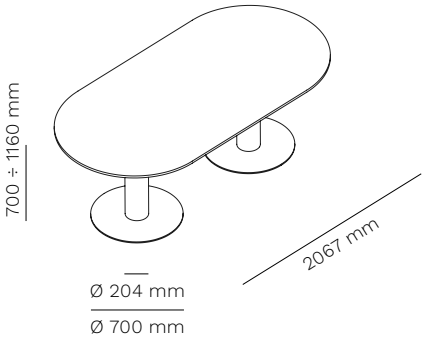
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow Meeting Large is the sit-stand table for conviviality. “No-gravity” is the name of Mara’s innovative patented system to adjust the height of a top as big as 3000×1400 mm, with a simple touch. An intuitive, quick and silent regulation. 100% recyclable (and sustainable) Follow Meeting Large fulfills the requirements of ergonomy and comfort for working as well as domestic environments. Sturdy and steady the structure of the table comprises a twin base in powder- coated steel and an integrated cable tray. An array of colours and finishes let this table be customized in multiple combinations.**

it Follow Meeting Large è il grande tavolo conviviale, regolabile in altezza. L’innovativo sistema “no-gravity” brevettato Mara consente di regolare, con il semplice tocco di una maniglia, l’altezza di un piano grande fino a 3000×1400 mm in modo intuitivo, veloce e silenzioso. 100% riciclabile (e sostenibile), Follow Meeting Large è un tavolo sit-stand che risponde ai bisogni di ergonomia e comfort non solo negli uffici ma anche in contesti residenziali.
Struttura stabile e robusta composta da una doppia base in acciaio verniciato e da una vasca porta cavi integrata. Un’ampia scelta di colori e finiture permette la personalizzazione del tavolo in molteplici combinazioni.

FOLLOW MEETING LARGE
sit-stand table
tavolo regolabile in altezza

298ML



top
2600/3000 x 1200/1400 mm

INNOVATION AWARD
ARCHITECTURE+
OFFICE
2022 SPECIAL MENTION

Seal of Excellence from the European Union’s 2020 Research and Innovation Programme.

Sigillo d’Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell’Unione Europea Horizon 2020.

PATENTED

patented system
sistema brevettato

no electricity
no elettricità

FSC

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

adjustable height
altezza regolabile

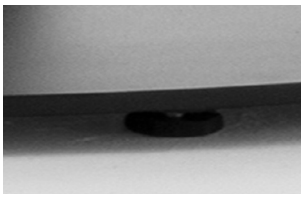
2 BASES 2 BASI	**20 Kg** / cad	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 160 x 100 cm pallet
1 BEAM 1 TRAVERSA	**4,5 kg**	**1 pc** 0,057 mc	**30 pcs** / 160 x 110 cm pallet
2 UNDER-TOP CROSSES 2 CROCIERE	**7,5 kg** / cad	**1 pc** 0,073 mc	**27 pcs** / EU pallet
2 COLUMNS 2 COLONNE	**17,5 kg** / cad	**1 pc** 0,081 mc	**12 pcs** / EU pallet

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML

INCLUDED ACCESSORIES / ACCESSORI INCLUSI



foot levelers
piedini livellatori

ACCESSORIES / ACCESSORI

299FZ



counter balance kit
(2 zavorre 1,2 kg/cad.)
counter balance kit
(2 x 1,2 kg ballasts)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with
multifunctional sockets
passacavi con prese
multifunzione

PASD60



multifunctional sockets
Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

PASD80



multifunctional sockets
with wireless charging
Ø 80 mm
prese multifunzione con
ricarica wireless Ø 80 mm

299ME



kit for electrification
kit per elettrificazione

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on
castors
cassettiera mobile su ruote

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico



white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro



anthracite
antracite



black
nero



white marble *
marmo bianco



grey marble *
marmo grigio



graphite marble
marmo grafite



black marble
marmo nero



whitened oak
rovere sbiancato



natural oak
rovere naturale



grey oak
rovere grigio



black oak
rovere nero



walnut
noce



rose *
rose



yellow *
giallo



light blue *
azzurro



green *
verde

*** finishes available only for Ø 1200 mm tops**
* finiture disponibili solo per piani Ø 1200 mm

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno



white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro



anthracite
antracite



black
nero



whitened oak
rovere sbiancato



natural oak
rovere naturale



grey oak
rovere grigio



black oak
rovere nero



walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
298ML

> Follow Meeting Large has a height range of 460 mm.

> Follow Meeting Large can be used with tops from 2600 mm to 3000 mm in length.

> The table frame is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 57 and 65 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce 14,4 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement.

Meeting Large	min	max
height range (mm)	460	
frame height (mm)	700	1160
top (mm)	2600	3000
table top weight + accessories recommended weight (kg)	57	65
counter-balance kit * (kg)	1,2	14,4

* optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		2600 mm	2800 mm	3000 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	1200 mm R600	36 kg *	39 kg	44 kg	57	65
	1400 mm R700	41 kg	45 kg	48 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	1200 mm R600	45 kg	49 kg	53 kg		
	1400 mm R700	52 kg	56 kg	61 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	1200 mm R600	43 kg	47 kg	51 kg		
	1400 mm R700	50 kg	54 kg	58 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	1200 mm R600	57 kg	62 kg	-		
	1400 mm R700	66 kg	-	-		

** ATTENTION TO WEIGHT CALCULATIONS*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

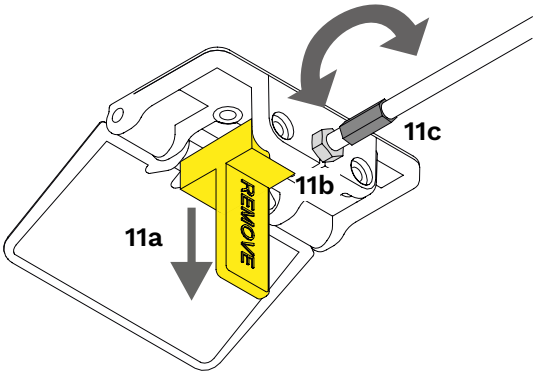
FIRST USE:

A. Remove the safety-spacer from the adjustment handle (9a).

ONLY IF NECESSARY:

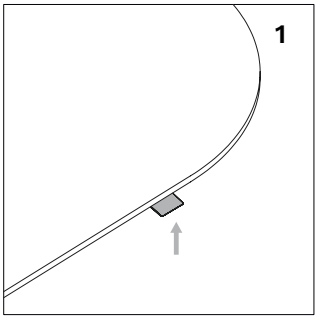
A. Unscrew the nut (11b) and adjust the handle cable (11c): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (11b) after adjusting the cable tension of the handle (11c).



DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
298ML

> Follow Meeting Large ha un'escursione in altezza di 460 mm.

> Follow Meeting Large può montare piani da 2600 mm a 3000 mm di lunghezza.

> Il telaio del tavolo è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 57 e i 65 kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre fino a 14,4 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento.

Meeting Large	min	max
escursione altezza (mm)	460	
altezza telaio (mm)	700	1160
piano (mm)	2600	3000
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	57	65
counter-balance kit * (kg)	1,2	14,4

* opzionale

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		2600 mm	2800 mm	3000 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	1200 mm R600	36 kg *	39 kg	44 kg	57	65
	1400 mm R700	41 kg	45 kg	48 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	1200 mm R600	45 kg	49 kg	53 kg		
	1400 mm R700	52 kg	56 kg	61 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	1200 mm R600	43 kg	47 kg	51 kg		
	1400 mm R700	50 kg	54 kg	58 kg		
PIANO IN LAMINATO SP 27 mm	1200 mm R600	57 kg	62 kg	-		
	1400 mm R700	66 kg	-	-		

** ATTENZIONE AL CALCOLO DEI PESI*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML

ISTRUZIONI D'USO

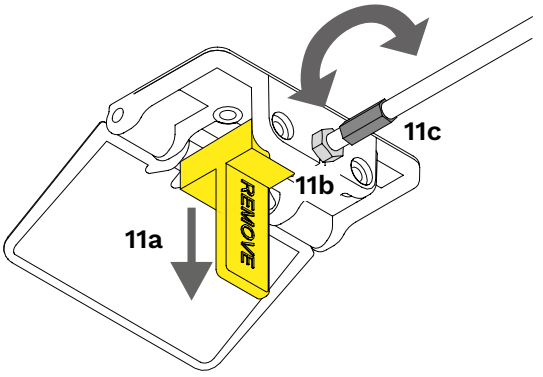
AL PRIMO UTILIZZO:

A. Rimuovere il distanziale di sicurezza inserito nella maniglia di regolazione (11a).

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (11b) e regolare il cavo della maniglia (11c): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (11b) una volta regolata la tensione del cavo (11c).



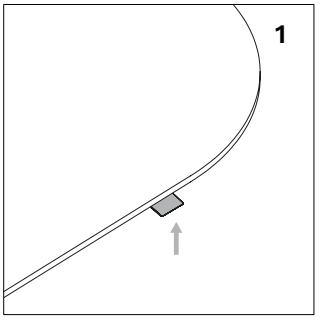
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE
298ML

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

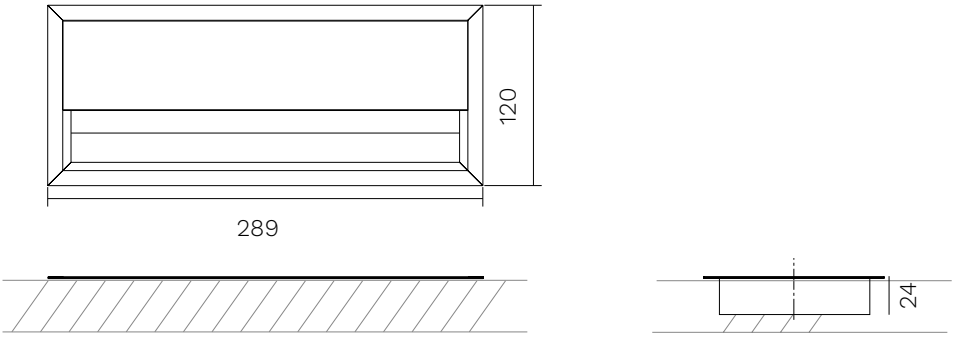
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

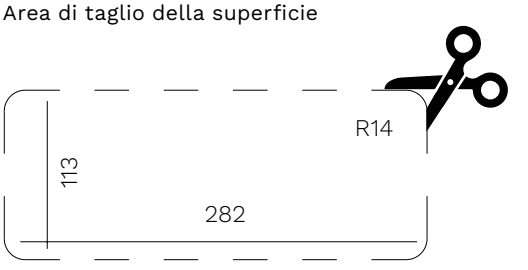
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV072024

TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

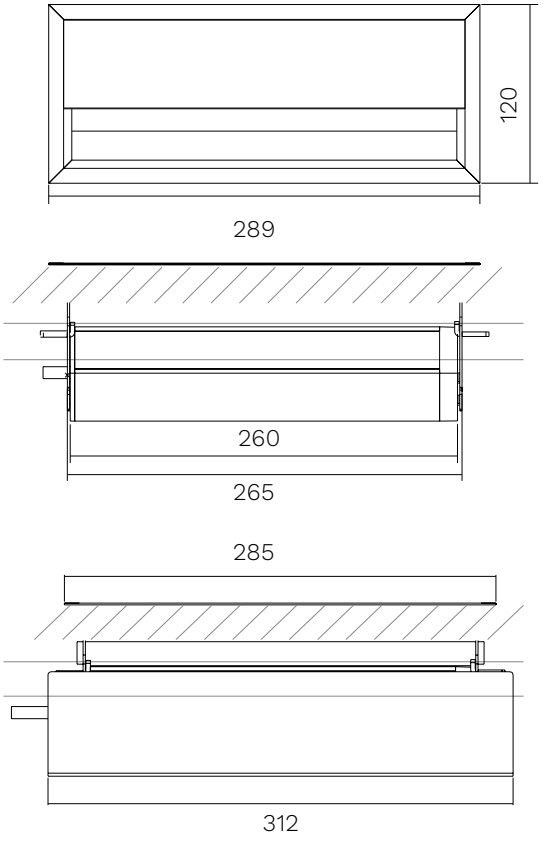
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.

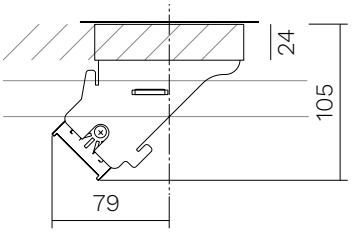
RJ45 **DE** **USB** **1**

Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI **IT** **FRA**

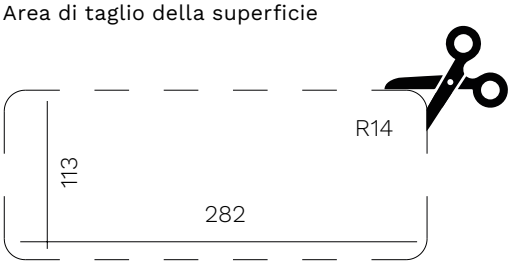
*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area

Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium alluminio

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV072024

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

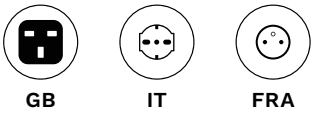
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

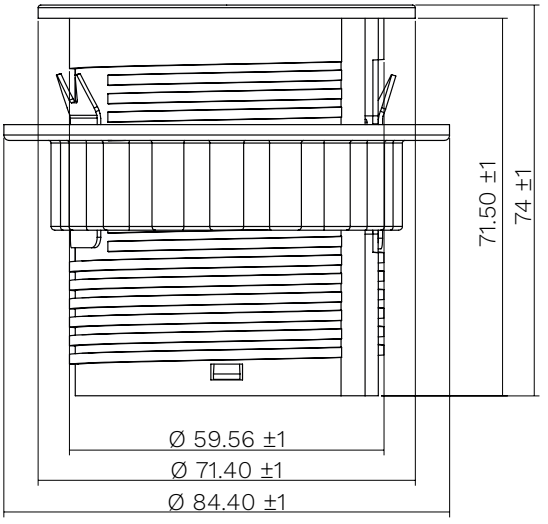
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

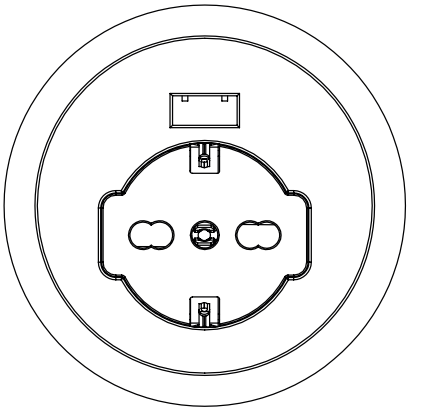


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

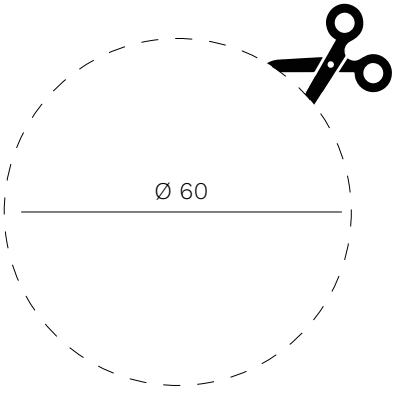


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco

black nero



REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

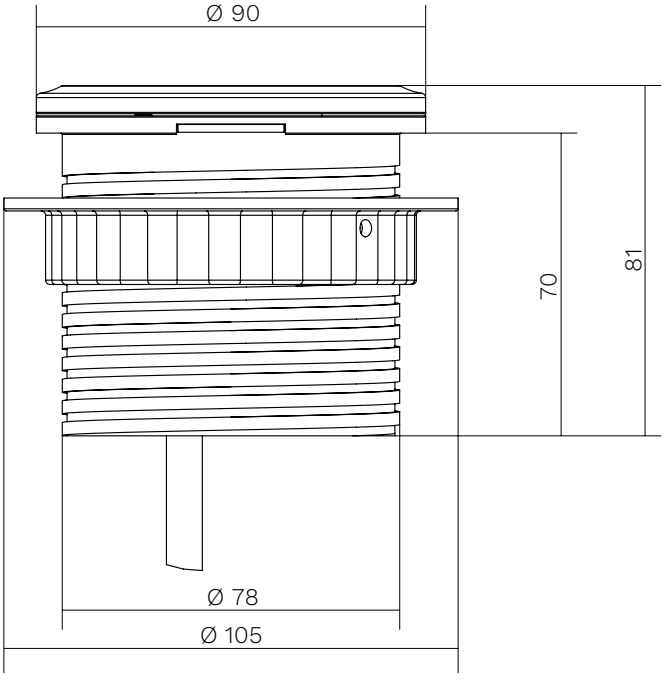
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

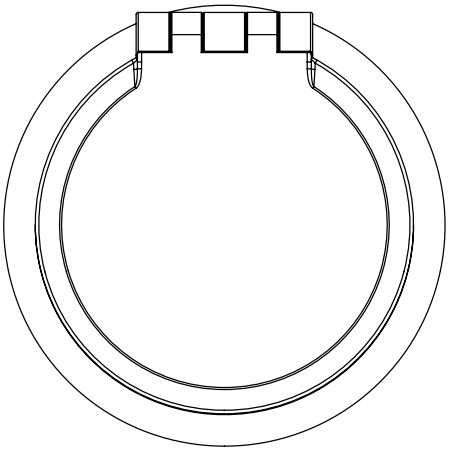
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

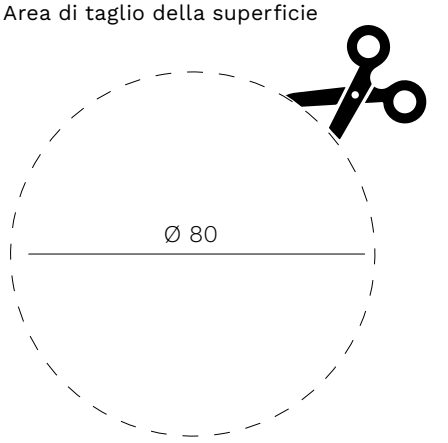
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV072024

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV072024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE MONOCHROMATIC
298MLCAR

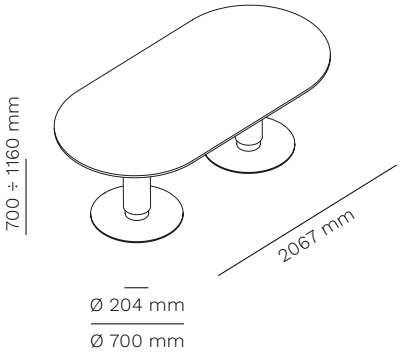
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow Meeting Large is the sit-stand table for conviviality. “No-gravity” is the name of Mara’s innovative patented system to adjust the height of a top as big as 3000×1400 mm, with a simple touch. An intuitive, quick and silent regulation. 100% recyclable (and sustainable) Follow Meeting Large fulfills the requirements of ergonomy and comfort for working as well as domestic environments. Sturdy and steady the structure of the table comprises a twin base in powder- coated steel and an integrated cable tray. An array of colours and finishes let this table be customized in multiple combinations.**

it Follow Meeting Large è il grande tavolo conviviale, regolabile in altezza. L’innovativo sistema “no-gravity” brevettato Mara consente di regolare, con il semplice tocco di una maniglia, l’altezza di un piano grande fino a 3000×1400 mm in modo intuitivo, veloce e silenzioso. 100% riciclabile (e sostenibile), Follow Meeting Large è un tavolo sit-stand che risponde ai bisogni di ergonomia e comfort non solo negli uffici ma anche in contesti residenziali.
Struttura stabile e robusta composta da una doppia base in acciaio verniciato e da una vasca porta cavi integrata. Un’ampia scelta di colori e finiture permette la personalizzazione del tavolo in molteplici combinazioni.

FOLLOW MEETING LARGE
monochromatic sit-stand table
tavolo regolabile in altezza monocromatico

298MLCAR



top
2600 - 3000 x 1200 - 1400 mm

INNOVATION AWARD
ARCHITECTURE+
OFFICE
2022 SPECIAL MENTION

Seal of Excellence from the European Union’s 2020 Research and Innovation Programme.
Sigillo d’Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell’Unione Europea Horizon 2020.

PATENTED

patented system
sistema brevettato

no electricity
no elettricità

FSC

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

adjustable height
altezza regolabile

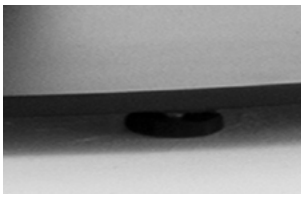
2 BASES 2 BASI	**20 Kg** / cad	**1 pc** 0,015 mc	**6 pcs** / 160 x 100 cm pallet
1 BEAM 1 TRAVERSA	**4,5 kg**	**1 pc** 0,057 mc	**30 pcs** / 160 x 110 cm pallet
2 UNDER-TOP CROSSES 2 CROCIERE	**7,5 kg** / cad	**1 pc** 0,073 mc	**27 pcs** / EU pallet
2 COLUMNS 2 COLONNE	**23,7 kg** / cad	**1 pc** 0,081 mc	**12 pcs** / EU pallet

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV092024

FOLLOW MEETING LARGE MONOCHROMATIC
298MLCAR

INCLUDED ACCESSORIES / ACCESSORI INCLUSI



foot levelers
piedini livellatori

ACCESSORIES / ACCESSORI

299FZ



counter balance kit
(2 zavorre 1,2 kg/cad.)
counter balance kit
(2 x 1,2 kg ballasts)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with
multifunctional sockets
passacavi con prese
multifunzione

PASD60



multifunctional sockets
Ø 60 mm
prese multifunzione
Ø 60 mm

PASD80



multifunctional sockets
with wireless charging
Ø 80 mm
prese multifunzione con
ricarica wireless Ø 80 mm

299ME



kit for electrification
kit per elettrificazione

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on
castors
cassettiera mobile su ruote

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE MONOCHROMATIC
298MLCAR

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE MONOCHROMATIC
298MLCAR

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico



white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro



anthracite
antracite



black
nero



white marble *
marmo bianco



grey marble *
marmo grigio



graphite marble
marmo grafite



black marble
marmo nero



whitened oak
rovere sbiancato



natural oak
rovere naturale



grey oak
rovere grigio



black oak
rovere nero



walnut
noce



rose *
rose

yellow *
giallo



light blue *
azzurro



green *
verde

*** finishes available only for Ø 1200 mm tops**
* finiture disponibili solo per piani Ø 1200 mm

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno



white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro



anthracite
antracite



black
nero



whitened oak
rovere sbiancato



natural oak
rovere naturale



grey oak
rovere grigio



black oak
rovere nero



walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
298MLCAR MONOCHROMATIC

> Follow Meeting Large Monochromatic has a height range of 460 mm.

> Follow Meeting Large Monochromatic can be used with tops from 2600 mm to 3000 mm in length.

> The table frame is designed for optimal operation in a range of weights (top weight + accessories weight) between 45 and 53 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, the “counter-balance kit” is able to reduce 14,4 kg the upwards thrust allowing a correct functioning of the movement.

Meeting Large Monochromatic	min	max
height range (mm)	460	
frame height (mm)	700	1160
top (mm)	2600	3000
table top weight + accessories recommended weight (kg)	45	53
counter-balance kit * (kg)	1,2	14,4

* optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		2600 mm	2800 mm	3000 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	1200 mm R600	36 kg	39 kg	44 kg	45	53
	1400 mm R700	41 kg	45 kg	48 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	1200 mm R600	45 kg	49 kg	53 kg		
	1400 mm R700	52 kg	-	-		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	1200 mm R600	43 kg	47 kg	51 kg		
	1400 mm R700	50 kg	-	-		

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE MONOCHROMATIC
298MLCAR

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

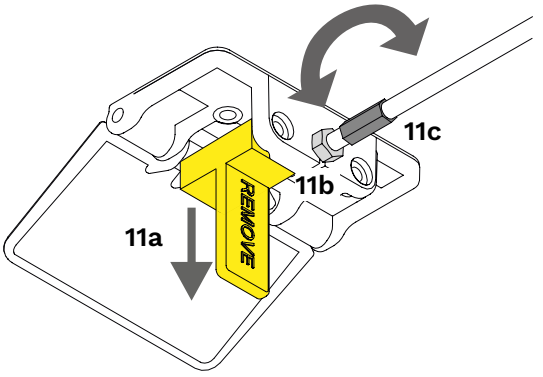
FIRST USE:

A. Remove the safety-spacer from the adjustment handle (9a).

ONLY IF NECESSARY:

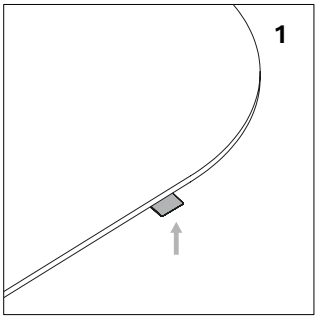
A. Unscrew the nut (11b) and adjust the handle cable (11c): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

B. Secure the nut (11b) after adjusting the cable tension of the handle (11c).



DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.



ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
298MLCAR MONOCROMATICO

> Follow Meeting Large Monocromatico ha un'escursione in altezza di 460 mm.

> Follow Meeting Large Monocromatico può montare piani da 2600 mm a 3000 mm di lunghezza.

> Il telaio del tavolo è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + pesi accessori) compresi tra i 45 e i 53 kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare.

> Se è previsto il montaggio di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, l'accessorio "counter-balance kit" è in grado di ridurre fino a 14,4 kg la spinta verso l'alto permettendo il corretto funzionamento del movimento.

Meeting Large Monocromatico	min	max
escursione altezza (mm)	460	
altezza telaio (mm)	700	1160
piano (mm)	2600	3000
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	45	53
counter-balance kit * (kg)	1,2	14,4

* opzionale

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		2600 mm	2800 mm	3000 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	1200 mm R600	36 kg	39 kg	44 kg	45	53
	1400 mm R700	41 kg	45 kg	48 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	1200 mm R600	45 kg	49 kg	53 kg		
	1400 mm R700	52 kg	-	-		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	1200 mm R600	43 kg	47 kg	51 kg		
	1400 mm R700	50 kg	-	-		

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE MONOCROMATICO
298ML

ISTRUZIONI D'USO

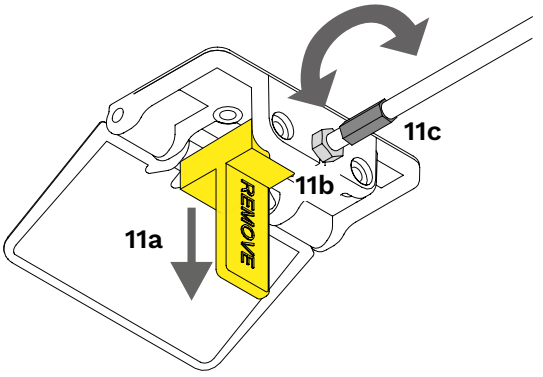
AL PRIMO UTILIZZO:

A. Rimuovere il distanziale di sicurezza inserito nella maniglia di regolazione (11a).

SOLO SE NECESSARIO:

A. Svitare il dado (11b) e regolare il cavo della maniglia (11c): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

B. Fissare il dado (11b) una volta regolata la tensione del cavo (11c).



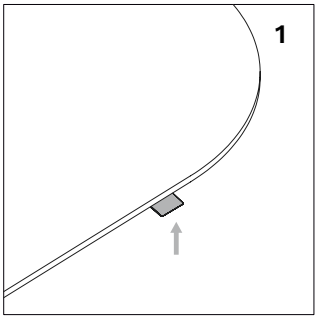
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).

2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.

3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").

4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW MEETING LARGE MONOCHROMATIC
298MLCAR

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

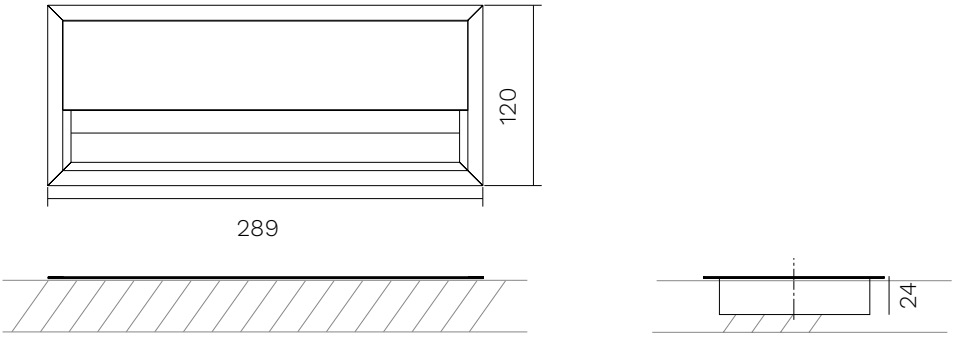
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

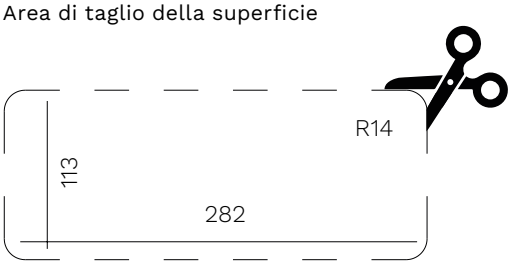
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV092024

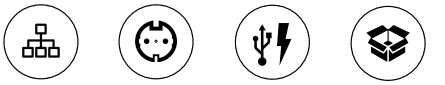
TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

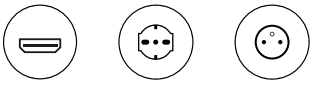
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

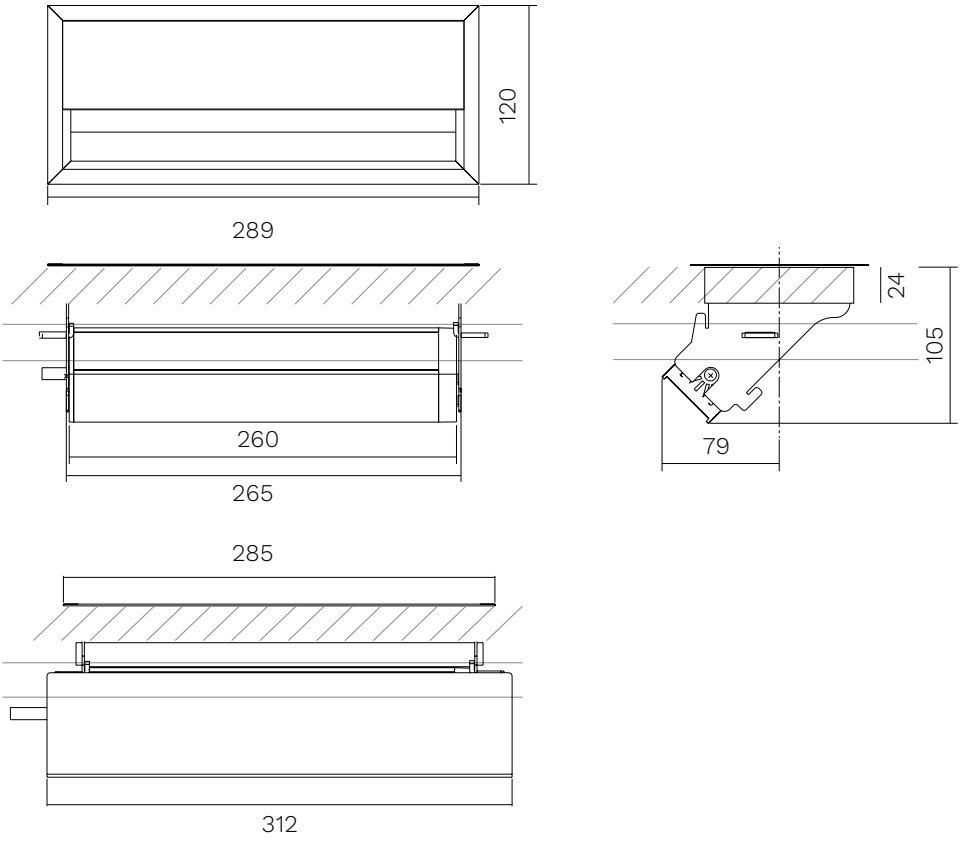
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.



Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

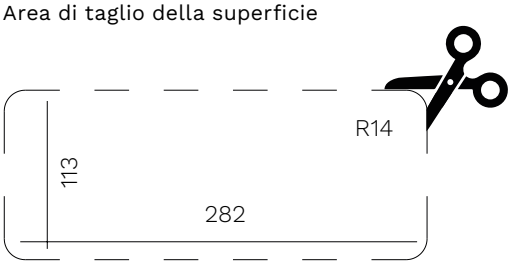


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata



Surface cut-out area

Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium alluminio

black nero



REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

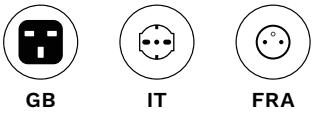
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

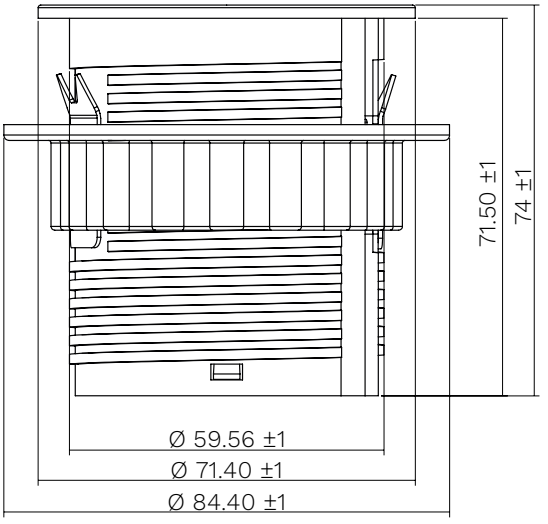
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

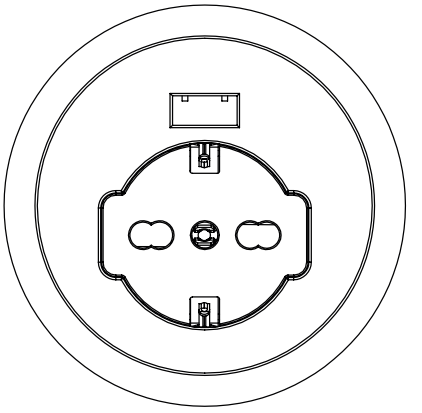


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

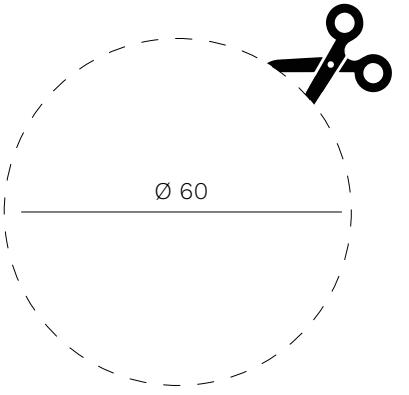


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV092024

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

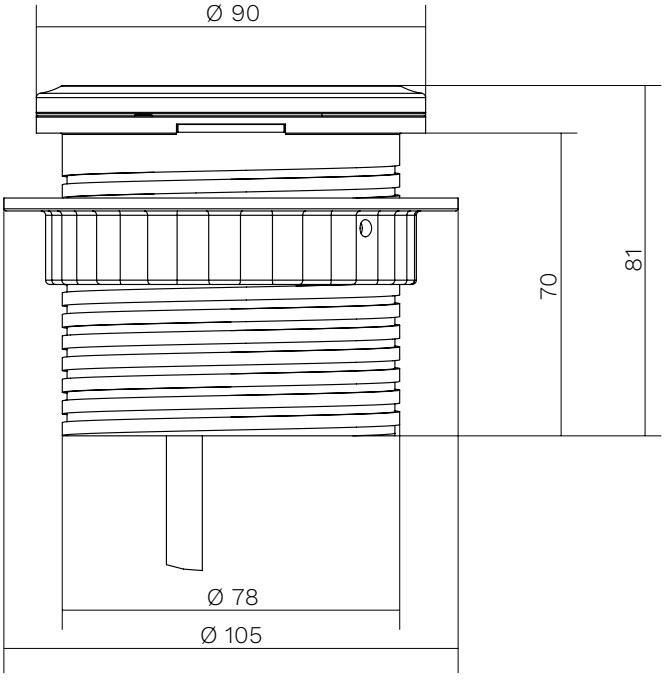
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

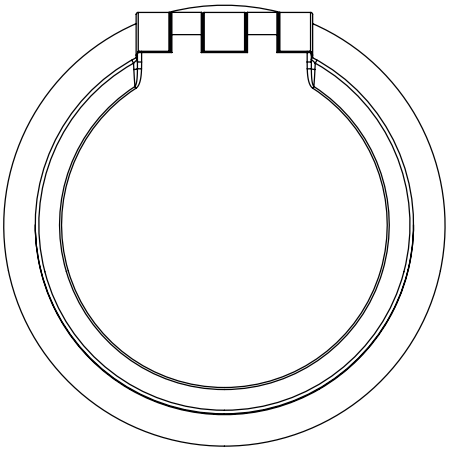
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

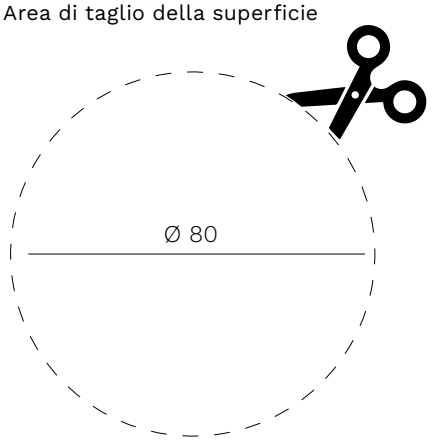
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV092024



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV092024

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW TILTING
299R

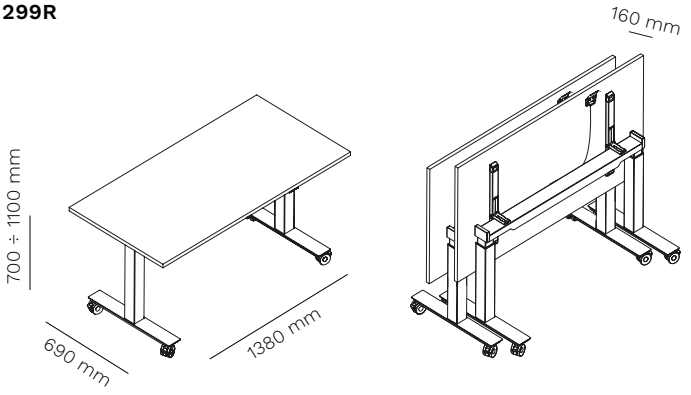
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Follow is a height-adjustable table that effortlessly and noiselessly adjusts to the user's posture and need.**
The version with a tilting top on castors can be easily moved by one person.
Multiple tables can be stacked one to the other with a space occupancy of only 16 cm.
An innovative solution for meeting and conference rooms, libraries and dynamic coworking spaces.
Height-adjustable metal handle.

it Follow è il tavolo regolabile in altezza che permette di trovare in modo facile, veloce e silenzioso la giusta posizione.
La versione con piano ribaltabile montato su struttura con ruote può essere facilmente spostata da una sola persona e permette a più tavoli di essere accatastati. Una volta affiancati ogni tavolo occupa solo 16 cm in profondità.
L'intuitiva e facile maneggevolezza rende questo tavolo ideale per le sale meeting, conferenza, biblioteche e spazi coworking dinamici consentendo di risparmiare spazio e tempo.
Maniglia di regolazione dell'altezza in metallo.

FOLLOW TILTING
sit-stand table on castors
tavolo regolabile in altezza su ruote

299R



top
1400 - 1800 x 700 - 800 mm

Seal of Excellence from the European Union's 2020 Research and Innovation Programme.
Sigillo d'Eccellenza dal Programma di Ricerca e Innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020.

patented system
sistema brevettato

UNI EN 15372:2016

stackable
impilabile

version with FSC® certified top
versione con piano certificato FSC®

fast
veloce

silent
silenzioso

no electricity
no elettricità

adjustable height
altezza regolabile

version standard
versione standard

2 LEGS 2 GAMBE	**29 Kg**	**1 pc** 0,035 mc	**15 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 BEAM 1 TRAVERSA	**13 kg**	**1 pc** 0,025 mc	**45 pcs** / 160 x 100 cm pallet

version loading adjuster
versione regolazione di portata

2 LEGS 2 GAMBE	**29 Kg**	**1 pc** 0,035 mc	**15 pcs** / 130 x 110 cm pallet
1 BEAM 1 TRAVERSA	**16 kg**	**1 pc** 0,025 mc	**45 pcs** / 160 x 100 cm pallet

INCLUDED ACCESSORIES / ACCESSORI INCLUSI



top planarity adjuster
regolatore planarità piano

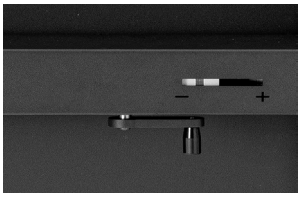
REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW TILTING
299R

ACCESSORIES / ACCESSORI

299RT140-180



beam with loading adjuster
traversa con regolazione di portata

215RZ



Counter-balance kit (2 zavorre 2 kg/cad.)
counter balance kit (2 x 2 kg ballasts)

511PLUS



top access with flip cover
passacavi con sportello

511EPLUS



top access with multifunctional sockets
passacavi con prese multifunzione

PASD60



multifunctional sockets Ø 60 mm
prese multifunzione Ø 60 mm

PASD80



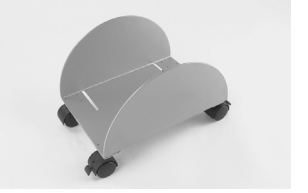
multifunctional sockets with wireless charging Ø 80 mm
prese multifunzione con ricarica wireless Ø 80 mm

206FR140



modesty panel (2,6 kg)
pannello frontale (2,6 kg)

300



cpu holder
portaserver

500DROLL



mobile storage system, on castors
cassettiera mobile su ruote

215V



cable tray to fix under top (3 kg)
vasca porta cavi fissaggio sotto piano (3 kg)

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW TILTING
299R

FRAME / STRUTTURA

powder coated steel
acciaio verniciato

296
textured
raggrinzato
RAL 9010



301
textured
raggrinzato
RAL 7044



444
textured
raggrinzato
RAL 8004



700
textured
raggrinzato
RAL 7000



203
textured
raggrinzato
RAL 6003



111
textured
raggrinzato
RAL 5011



333
textured
raggrinzato
RAL 3003



131
textured
raggrinzato
RAL 9006



148
textured
raggrinzato
RAL 7016



120
textured
raggrinzato
RAL 9005

height excursion column
colonna di escursione dell'altezza



eco chrome
cromo ecologico

TOP / PIANO

standard FENIX tops
piani standard in FENIX



0754
Blu
Fes



0791
Giallo
Evora



0751
Rosso
Jaipur



0750
Verde
Comodoro



0032
Bianco
Kos



0720
Nero
Ingo

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Resistance to scratching EN 438-2:2019 - CL.25 Class ≥ 4 • Resistance to staining EN 438-2:2019 - CL.26 Group 1 e 2: Class 5 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2:2019 – CL.16 Class 5 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2:2019 – CL.27 Grayscale classification ≥ 4 • Resistance to steam EN 438-2:2019 – CL.14 Class 5 • Specular surface reflection ISO 2813 8 ÷ 16 a 85° Unità Gloss • Resistance to surface wear EN 438-2:2019 – CL.10 Rotation value IP ≥ 200 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2:2019 – CL.18 Class 5

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW TILTING
299R

TOP / PIANO

standard colour and material effect laminate tops
piani standard in laminato colore ed effetto materico


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


white marble
marmo bianco


grey marble
marmo grigio


graphite marble
marmo grafite


black marble
marmo nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce


rose
rose

yellow
giallo


light blue
azzurro


green
verde

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the thickness ± 0,3 mm • Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching EN 438-2:2016 Class 3 • Resistance to staining EN 438-2:2016 Group 1 e 2: Class ≥ 4 Group 3: Class ≥ 4 • Resistance to dry heat (160°C/20') - EN 438-2 Class 4 • Lightfastness (xenon arc) EN 438-2 Grayscale classification ≥ 4

• Resistance to steam EN 438-2 Class 4 • Resistance to surface wear EN 438-2 Rotation value IP ≥ 150 • Resistance to damp heat (100°C/20') – EN 438-2 Class 4

standard colour and wood melamine tops
piani standard in nobilitato colore e legno


white
bianco

magnolia

light grey
grigio chiaro


anthracite
antracite


black
nero


whitened oak
rovere sbiancato


natural oak
rovere naturale


grey oak
rovere grigio


black oak
rovere nero


walnut
noce

STANDARDS AND CERTIFICATES / NORME E CERTIFICATI
Dimensional tolerance related to the sizes ± 5,0 mm • Resistance to scratching 1,5 N • Resistance to cigarette burning 3 grade - moderate change in gloss level and/or moderate brown spots • Resistance to surface wear Rotation value IP < 50 Rotation value WR < 150 • Risk of breakage ≥ 3 group • Dimensional tolerance related to the thickness 15 ≤ X ≤ 20 mm : ± 0,3 mm X < 20 mm : ± 0,5 mm • Resistance to staining ≥ 3 group

• Resistance to steam 4 grade - moderate change in gloss level and/or color • Surface imperfections Prolate imperfections: < 20 mm/m Punctiform imperfections: < 2 mm2/m2 • Lightfastness (xenon arc) > 6 group

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TECHNICAL SPECIFICATION
299R

> Follow Tilting has a height range of 400 mm.

> Excluding the table tops it has a minimum height of 700 mm and a maximum of 1100 mm.

> Follow Tilting can be used with table tops from 1400 mm to 1800 mm wide and from 700 mm to 800 mm deep.

> The table frame (1380x690 mm) is designed for optimal operation in arange of weights (top weight + accessories weight) between 21 and 29 kg.

> Depending on the intended use of the table, carefully evaluate the weight of the table top to be assembled:
E.g. when using a 16 kg table top, at least 5 kg accessories weight (computer, telephone, etc.) are required to reach the optimal operating range, while it is not recommended to load more than 13 kg.

> If a lighter table top is to be installed or if the table is to work without additional weight, fitting the “counter-balance kit” will be able to reduce from 2 to 16 kg the upwards thrust allowing the optimal operating range of top.
For further information please contact our Customer Service.

> The beam with loading adjuster (optional), offers the possibility of further increasing the upward thrust from 0 to 10 kg.

Follow Tilting	min	max
height range (mm)	400	
frame height (mm)	700	1100
table top width (mm)	1400	1800
table top depth (mm)	700	800
table top weight + accessories recommended weight (kg)	21	29 / 39 *
counter-balance kit ** (kg)	2	16

* maximum weight for the version with loading adjuster

** optional

TOP WEIGHTS					TOP + CLIENT LOADING RECOMMENDED WEIGHT (kg)	
	Depth	Width				
SINGLE TOP		1400 mm	1600 mm	1800 mm	MIN	MAX
MELAMINE TOP 18/19 mm	700 mm	12 kg	14 kg	16 kg	21	29 / 39 *
	800 mm	14 kg	16 kg	18 kg		
MELAMINE TOP 25 mm	700 mm	16 kg	18 kg	20 kg		
	800 mm	18 kg	21 kg	23 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 20 mm	700 mm	15 kg	17 kg	19 kg		
	800 mm	17 kg	20 kg	22 kg		
LAMINATE AND FENIX TOP 27 mm	700 mm	20 kg	23 kg	26 kg		
	800 mm	23 kg	26 kg	29 kg		

** maximum weight for the version with loading adjuster*

PLEASE NOTE: OBSERVE THE WEIGHTS INDICATED

> A load, on the frame, exceeding the maximum weight indicated (top weight + accessories weight), causes a rapid lowering of thetable top when unlocked.

> A load, on the frame, below the minimum weight indicated (top weight + accessories weight), causes an excessive upward thrust of the table when unlocked.

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW TILTING
299R

INSTRUCTIONS FOR CORRECT USE

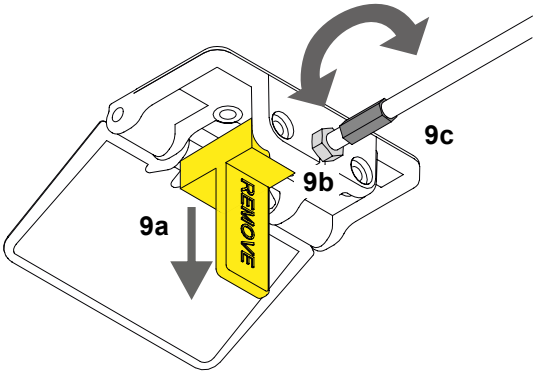
FIRST USE:

A. Remove the safety-spacer from the adjustment handle (9a).

ONLY IF NECESSARY:

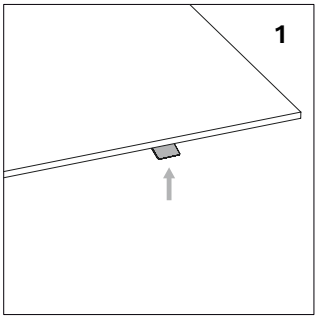
A. Unscrew the nut (9b) and adjust the handle cable (9c): a clockwise rotation will loosen it, while a counter clockwise rotation will tighten it out. The adjustment is correct when the handle is neither loose nor hard.

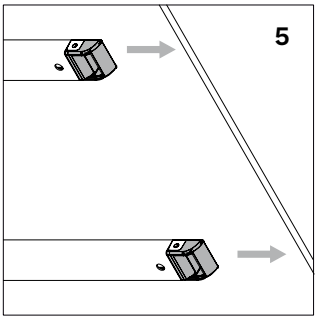
B. Secure the nut (9b) after adjusting the cable tension of the handle (9c).

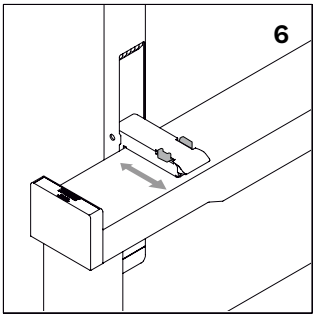


DAILY USE:

1. Place one hand on the adjustment handle and the other hand on the same side of the table top, and operate the movement (fig. 1).
2. Using both hands, lift or lower the top to the desired height.
3. The table is easily adjustable.
In case of difficult use, adjust the handles cable (see “only if necessary“).
4. Once the desired height has been reached, stop the movement and release the handle.
The table will automatically lock in the desired position.
5. To tilt the table top, pull the two release levers (fig. 5) and accompany the top in its rotation.
6. The flatness of the tops can be adjusted (fig. 6).







ATTENTION
Any part of all components already assembled and supplied by the company cannot be disassembled unless this is done by Mara personnel. The assembly and disassembly of this table must be carried out by skilled operator following the instructions carefully.

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

SPECIFICHE TECNICHE
299R

> Follow Tilting ha un'escursione in altezza di 400 mm.

> Escluso il piano ha un'altezza minima di 700 mm e una massima di 1100 mm.

> Follow Tilting può montare piani da 1400 mm a 1800 mm di larghezza e da 700 mm a 800 mm di profondità.

> Il telaio del tavolo (1380x690 mm) è progettato per un funzionamento ottimale in un intervallo di pesi (peso piano + peso accessori) compresi tra i 21 e i 29 Kg.

> In base all'utilizzo previsto del tavolo, valutare attentamente il peso del piano da montare:
Es. in caso di utilizzo di un piano di 16 Kg, sono necessari almeno 5 Kg di peso accessori (computer, telefono, ecc.) per raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale, mentre è sconsigliato caricare più di 13 kg.

> Se è previsto l'utilizzo di un piano più leggero o non è previsto di caricare il piano di lavoro, il montaggio dell'accessorio "counter-balance kit" può ridurre da 2 a 16 kg la spinta verso l'alto, permettendo di raggiungere l'intervallo di funzionamento ottimale. Per maggiori informazioni contattare il Servizio Clienti.

> La trave con regolazione di portata (opzionale) offre la possibilità di aumentare ulteriormente la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.

Follow Tilting	min	max
escursione altezza (mm)	400	
altezza telaio (mm)	700	1100
larghezza piano (mm)	1400	1800
dimensioni piano (mm)	700	800
peso piano + peso accessori (kg) consigliato	21	29 / 39 *
counter-balance kit ** (kg)	2	16

* peso massimo versione con regolazione di portata

** opzionale

PESI PIANI					PIANO + CARICO CLIENTE PESO CONSIGLIATO (kg)	
	Profondità	Lunghezza				
PIANO SINGOLO		1400 mm	1600 mm	1800 mm	MIN	MAX
PIANO IN NOBILITATO SP 18/19 mm	700 mm	12 kg	14 kg	16 kg	21	29 / 39 *
	800 mm	14 kg	16 kg	18 kg		
PIANO IN NOBILITATO SP 25 mm	700 mm	16 kg	18 kg	20 kg		
	800 mm	18 kg	21 kg	23 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 20 mm	700 mm	15 kg	17 kg	19 kg		
	800 mm	17 kg	20 kg	22 kg		
PIANO IN LAMINATO E FENIX SP 27 mm	700 mm	20 kg	23 kg	26 kg		
	800 mm	23 kg	26 kg	29 kg		

** peso massimo versione con regolazione di portata*

ATTENZIONE: ATTENERSI AI PESI INDICATI

> Un carico sopra il telaio superiore al peso massimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce abbassamento del piano al momento dello sblocco.

> Un carico sopra il telaio inferiore al peso minimo indicato (peso piano + peso accessori) causa un veloce innalzamento del piano al momento dello sblocco.

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW TILTING
299R

ISTRUZIONI D'USO

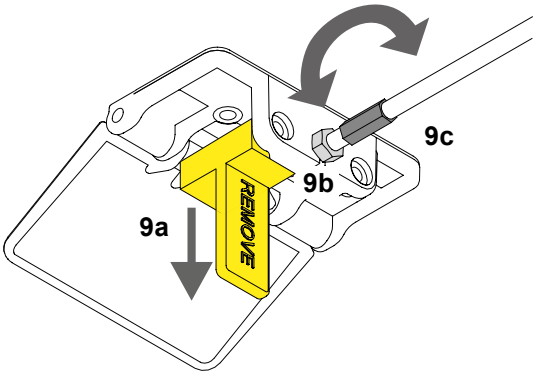
AL PRIMO UTILIZZO:

A. Rimuovere il distanziale di sicurezza inserito nella maniglia di regolazione (9a).

SOLO SE NECESSARIO:

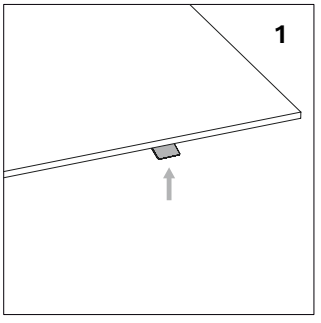
A. Svitare il dado (9b) e regolare il cavo della maniglia (9c): una rotazione oraria lo allenterà mentre una rotazione antioraria lo tenderà. La regolazione è corretta quando la maniglia non risulta nè libera ne troppo dura.

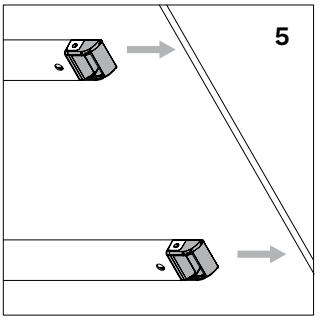
B. Fissare il dado (9b) una volta regolata la tensione del cavo (9c).

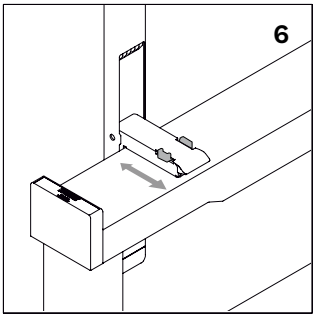


USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare la mano d'utilizzo sulla maniglia di regolazione e l'altra mano sullo stesso lato del piano e azionare il movimento (fig. 1).
2. Utilizzando entrambe le mani, sollevare o abbassare il piano all'altezza desiderata.
3. Il tavolo si regola facilmente.
In caso di difficoltà nell'utilizzo, migliorare la regolazione del cavo della maniglia (vedi "solo se necessario").
4. Raggiunta l'altezza desiderata fermare il movimento e rilasciare la maniglia di regolazione.
Il tavolo si bloccherà automaticamente nella posizione desiderata.
5. Per verticalizzare il piano tirare le due leve di sblocco (fig. 5) e accompagnare il tavolo nella sua rotazione.
6. È possibile regolare la planarità dei piani (fig. 6).







ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

FOLLOW TILTING
299R

CLEANING AND MAINTENANCE / PULIZIA E MANUTENZIONE

STEEL / ACCIAIO

en **Our types of metals include: chromed metals and painted metals. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner.**

it Le nostre tipologie di metallo comprendono: metalli cromati e metalli verniciati. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

CHROMED STEEL AND ALUMINIUM POLISHED / ACCIAIO CROMATO E ALLUMINIO LUCIDO

en **Do not use acid or alkaline based cleaning products. Do not use detergents, steel wool, dishwashing detergents or the like. Sharp or pointed objects may damage the surface. Any hot or wet object may cause surface damage. Clean the surface regularly with a soft cloth to remove dust. To remove light dirt, use a soft cloth and a neutral household cleaner**

it Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Non utilizzare detergenti, lana di acciaio, detersivi per stoviglie o simili. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. Qualsiasi oggetto caldo o bagnato potrebbe provocare danni alla superficie. Pulire la superficie regolarmente con un panno sofficie per rimuovere la polvere. Per rimuovere lo sporco leggero utilizzare un panno sofficie e un prodotto per le pulizie di casa neutro.

LAMINATE AND MELAMINE / LAMINATI E NOBILITATI

en **Laminates and melamine products guarantee high performance in terms of resistance to scratches, shocks and abrasions. Keep furniture away from direct sunlight; furniture in direct sunlight may tend to discolour over time. Do not use acid or alkaline based cleaning products. Sharp or pointed objects can damage the surface. Laminate and melanine furniture can be cleaned using a mixture of liquid soap and hot water. Rinse with cold water and dry with a paper towel or damp cloth.**

it Laminati e nobilitati garantiscono alte prestazioni di resistenza ai graffi, agli urti e alle abrasioni. Mantenere i mobili lontani dalla luce diretta del sole; i mobili che si trovano alla luce diretta del sole potrebbero tendere a scolorire nel tempo. Non utilizzare prodotti per la pulizia a base acida o alcalina. Oggetti appuntiti o taglienti possono danneggiare la superficie. E' possibile effettuare la pulizia dei mobili in laminato e nobilitato usando una miscela di sapone liquido e acqua calda. Sciacquare con acqua fredda e asciugare con un tavogliolo di carta o un panno umido.

STANDARD FENIX TOPS / PIANI STANDARD IN FENIX

en **Cleaning FENIX means cleaning its structure. You can do this with warm water. As FENIX is a strong material, you can also use any household cleaner – even solvents like acetone * if needed. However, to avoid damaging the structure, don't scrub it with abrasive cream, a scouring pad or a hard brush; in the long-term, this might lead to a glossy spot on your matt surface. Instead, you can use a melamine sponge – also known as a magic sponge.**
As a final step, to avoid anything staying behind in the structure – whether that's dirt or residue from your cleaner – always rinse afterward with warm water and wipe dry with a clean cloth.
*** always follow safety instructions**

it Pulire FENIX significa pulirne la struttura. Si può farlo, usando acqua tiepida. Poiché FENIX è un materiale resistente, si può utilizzare qualsiasi detergente per la casa, se necessario anche un solvente come l'acetone *. Tuttavia, per evitare di danneggiare la struttura, è consigliabile evitare di strofinarla usando una crema abrasiva, una spugna abrasiva o una spazzola con setole dure; nel tempo, ciò potrebbe portare alla formazione di un'area lucida sulla superficie opaca. Si può piuttosto utilizzare una spugna in melamina, nota anche come spugna magica.
Come ultimo passaggio, per evitare la formazione di depositi nella struttura, che si tratti di sporco o residui del detergente, risciacquare sempre con acqua tiepida e asciugare con un panno pulito.
* seguire sempre le istruzioni di sicurezza.

REV042025

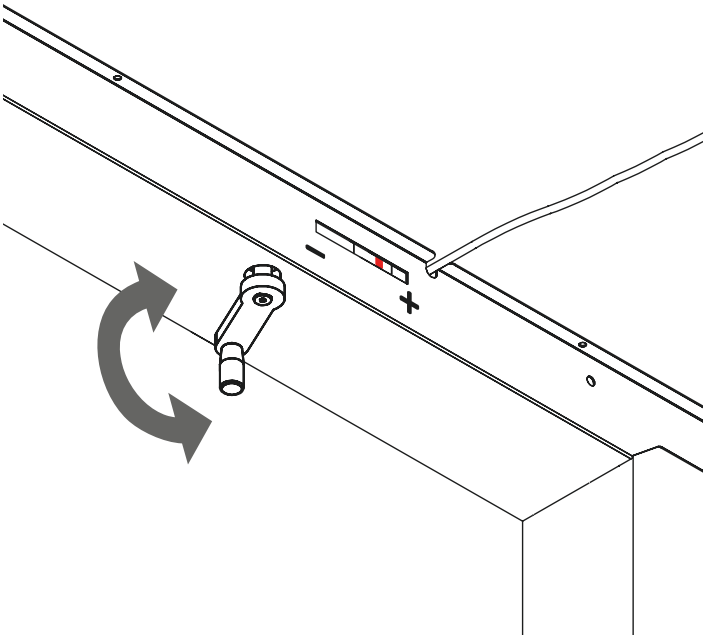
MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

BEAM WITH LOADING ADJUSTER
TRAVERSA CON REGOLAZIONE DI PORTATA

299FTI

INSTRUCTIONS FOR PROPER USE

The beam with loading adjuster offers the possibility of further increasing the thrust upward from 0 to 10 kg.



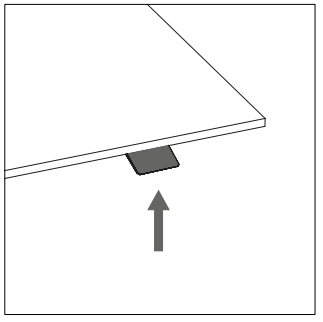
DAILY USE:

1. Place everything you need on the desk.

2. if the table tends to descend while using the the handle (fig.1), turn the lever counter-clockwise to increase the thrust upward. (the red marker will move towards the '+' sign).

3. if the table tends to rise while using the the handle (fig.1), turn the lever clockwise to decrease the thrust upward. (the red marker will move towards the '-' sign).

fig. 1



ATTENTION
Any part of all preassembeld components, supplied by the company, cannot be disassembled unless this is done by Mara staff. The assembling and disassembling of this table must be carried out by skilled fitters following the instructions carefully.

REV042025

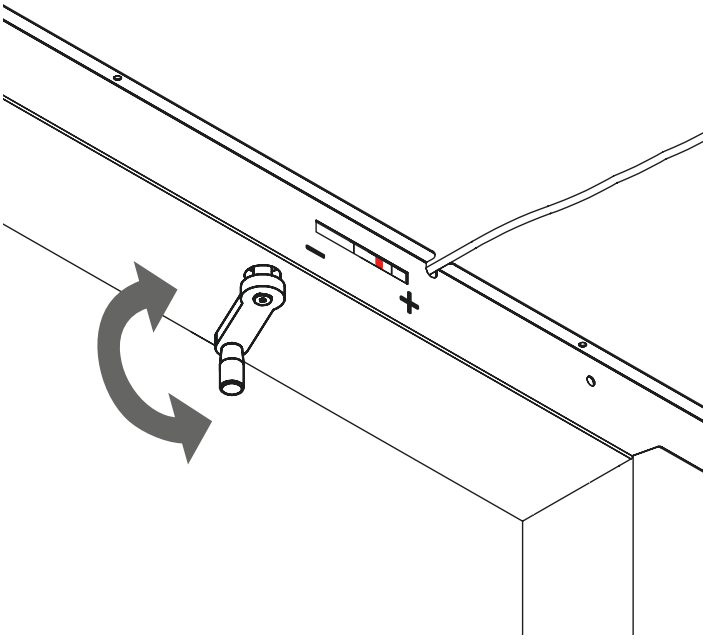
MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

BEAM WITH LOADING ADJUSTER
TRAVERSA CON REGOLAZIONE DI PORTATA

299FTI

ISTRUZIONI D'USO

La trave con regolazione di portata offre la possibilità di aumentare ulteriormente la spinta verso l'alto da 0 a 10 kg.



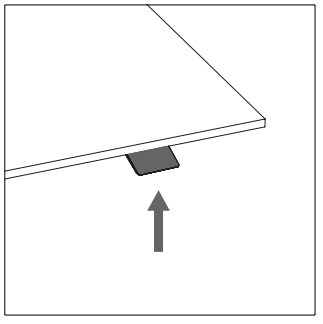
USO QUOTIDIANO:

1. Posizionare tutto il necessario sulla scrivania.

2. se il tavolo tende a scendere quando azionate la maniglia (fig.1), girare la leva in senso anti-orario per aumentare la spinta verso l'alto. (l'indicatore rosso si sposterà verso il segno "+").

3. se il tavolo tende a salire quando azionate la maniglia (fig.1), girare la leva in senso orario per diminuire la spinta verso l'alto. (l'indicatore rosso si sposterà verso il segno "-").

fig. 1



ATTENZIONE
Ogni componente fornito già montato dall'azienda non può essere smontato in nessuna sua parte se non da personale Mara. Montaggio e smontaggio di questo tavolo deve essere effettuato da personale esperto seguendo attentamente le istruzioni.

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

TOP ACCESS
PASSACAVI

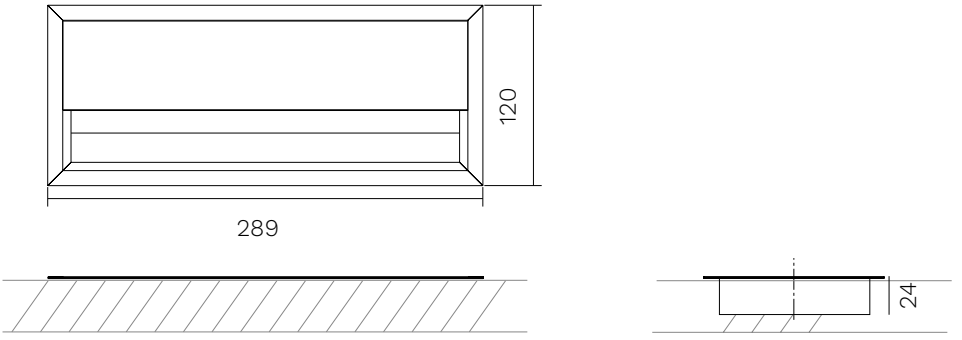
511PLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Aluminium top access with flap. Black brush.**

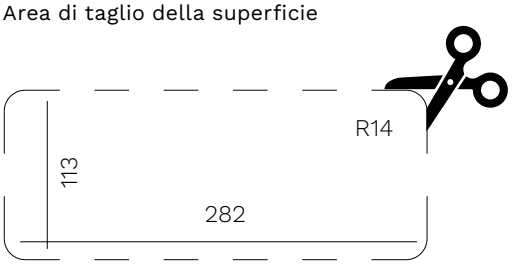
it Passacavi in alluminio con spazzola nera.

1



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium
alluminio

black
nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV042025

TOP ACCESS WITH INTEGRATED POWER UNIT
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

511EPLUS

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access with integrated power unit for table tops max 30 mm thick, available in aluminium or black colour, 289x120 mm with 2 mt. power cable + 2 DE sockets + 2 USB 5V/2, 4A + 2 RJ45 sockets.**

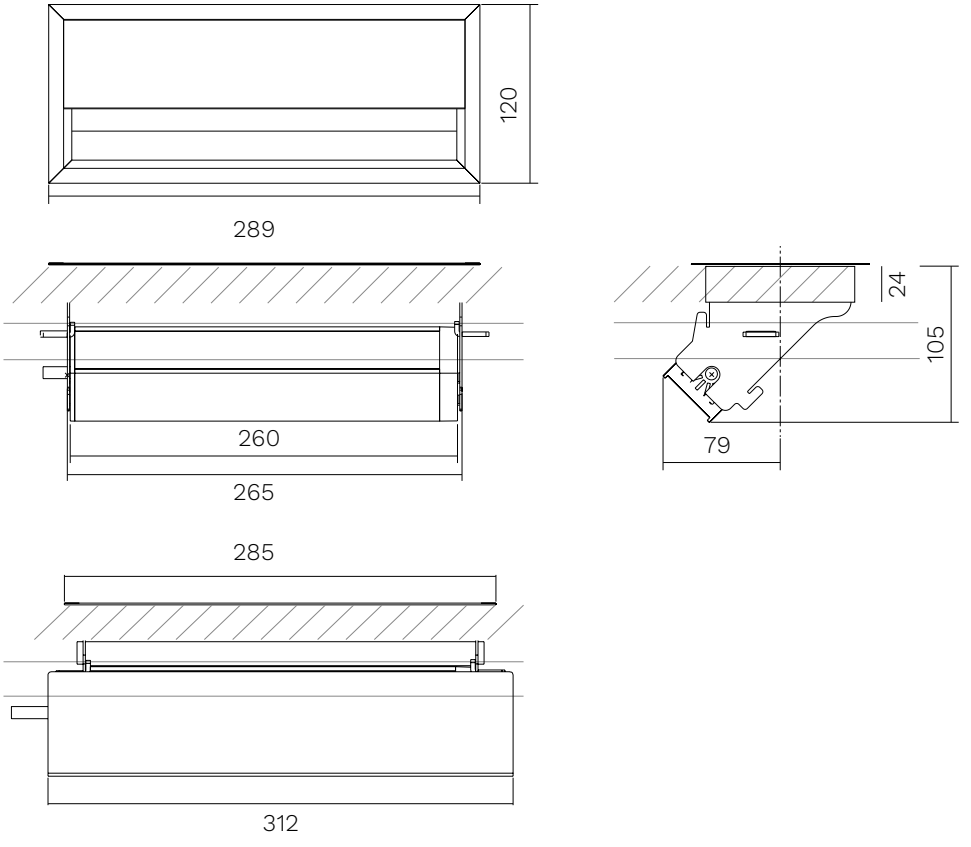
it Passacavo con multipresa integrata per piani tavoli spessore max 30 mm, disponibile nei colori alluminio o nero, 289x120 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 2 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 2 prese RJ45.

RJ45 **DE** **USB** **1**

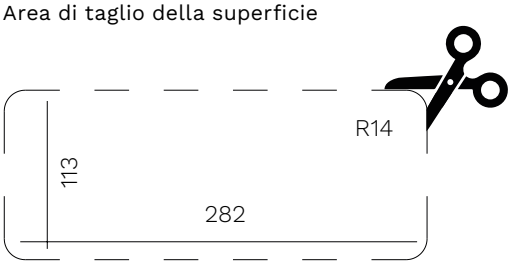
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI **IT** **FRA**

*** dedicated quotation** / quotazione dedicata



Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

aluminium alluminio

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV042025

TOP ACCESS WITH INTEGRATED MULTIFUNCTIONAL SOCKET
PASSACAVI CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD60

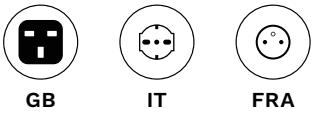
DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 60 mm with 1,5 mt. power cable + 1 DE + 1 USB 5V/2, 4A socket.**

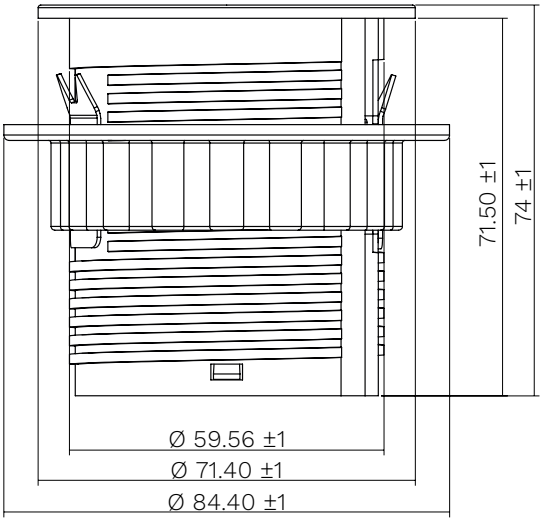
it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 60 mm con 1,5 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 1 presa USB 5V/2, 4A.

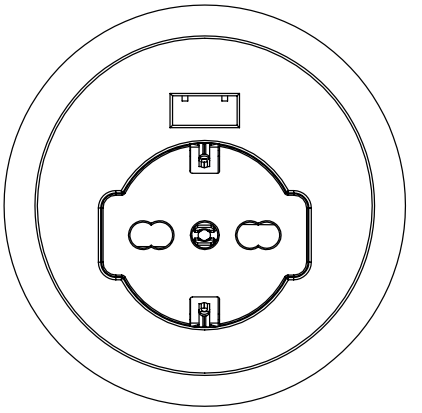


Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

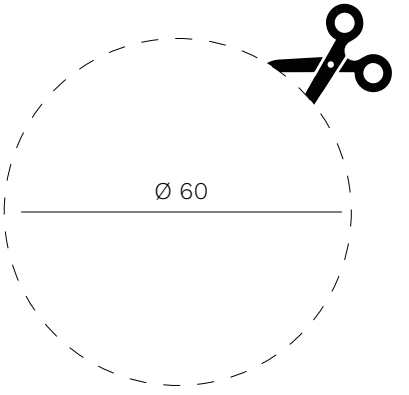


*** dedicated quotation** / quotazione dedicata





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI



white bianco
black nero



REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

CABLE MANAGEMENT WITH INTEGRATED MULTISOCKET
PASSACAVO CON MULTIPRESA INTEGRATA

PASD80

DESCRIPTION / DESCRIZIONE

en **Top access round with integrated multifunctional socket for table tops, available in white or black colours, diameter 80 mm with 2 mt. power cable + 1 DE + 2 USB 5V/2, 4A socket + 1 RJ45 (interchangeable). The inside of the cover is equipped with a wireless charger (usable only when open).**

it Presa multifunzione rotonda per piani tavoli, disponibile nei colori bianco o nero, diametro 80 mm con 2 mt. di cavo di alimentazione + 1 presa DE + 2 prese USB 5V/2, 4A + 1 presa RJ45 (intercambiabile). L'interno del coperchio è provvisto di caricatore wireless (utilizzabile solo quando aperto).

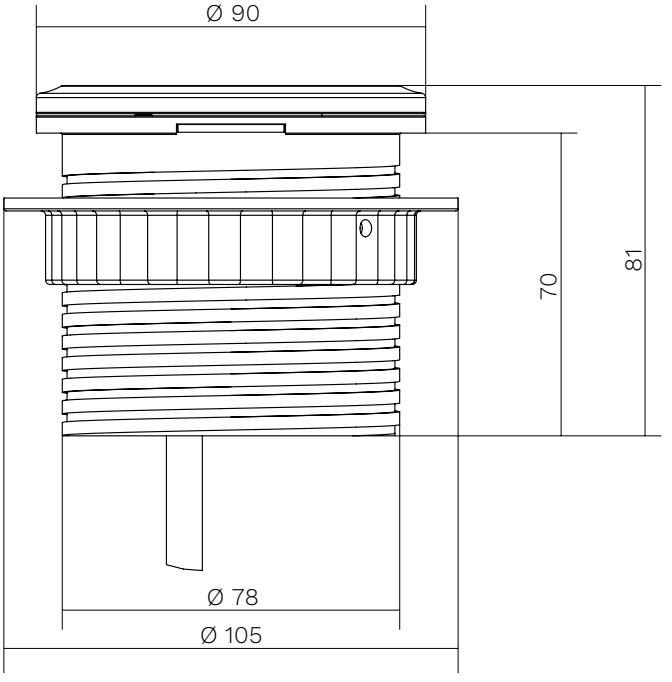
wireless recharge | **RJ45** | **DE** | **USB** | **1**

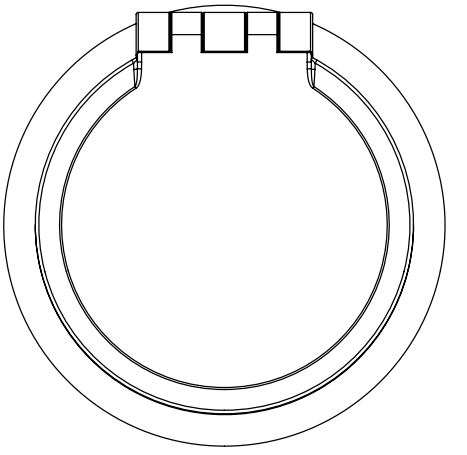
Optional (on demand)*:
Opzionali (su richiesta)*:

HDMI | **EXIT**

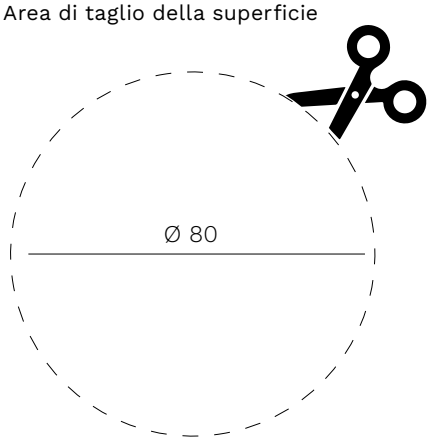
GB | **IT** | **FRA**

*** dedicated quotation and minimum order**
* quotazione dedicata e minimo d'ordine





Surface cut-out area
Area di taglio della superficie



All measurements are indicated in mm
Tutte le misure sono indicate in mm

COLOURS AVAILABLE / COLORI DISPONIBILI

white bianco

black nero



MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it

REV042025

mara®



en **All the energy used in our company is 100% green and comes exclusively from renewable sources.**

it Tutta l'energia utilizzata nella nostra azienda è 100% GREEN e proviene esclusivamente da fonti rinnovabili.

en **As it is always seeking to improve its products, the company reserves the right to modify or upgrade the products without prior notice, at any time. Colors should be considered purely indicative.**
Mara's Collections are worldwide protected by the industrial property right and patents.

it Mara, sempre alla ricerca del miglioramento dei propri prodotti, si riserva la facoltà di apportare modifiche costruttive e funzionali in qualsiasi momento senza alcun preavviso.
I colori dei materiali sono da ritenersi puramente indicativi.
Tutte le collezioni Mara sono protette nel mondo dal diritto di proprietà industriale e da brevetti registrati.

REV042025

MARA SRL | Via Adua 11, 25050 Passirano (BS) Italy | T. +39 030 6857568 | marasrl.it