



Instrucciones de Monster Shop (UK)

Máquina de Reformer de Pilates de Roble

215064

Información del producto

Máquina Reformer de Pilates de Roble

Descripción

Gracias por elegir la máquina Reformer de Pilates Plegable, una solución versátil y que ahorra espacio para tu rutina de fitness y bienestar. Este reformer viene completamente equipado con una tabla de pies, tabla de muelles y accesorios de caja, así como una tabla de salto de trampolín única para añadir variedad y diversión. Con seis muelles de acero que ofrecen tres niveles de resistencia, una barra de pies con ocho posiciones, acolchado de cuero PVC suave y una práctica bolsa de almacenamiento, combina comodidad, durabilidad y conveniencia para una experiencia de Pilates de calidad profesional.

Especificaciones del producto

	215064
Dimensiones	2300*690*580cm
Material	Roble, Madera, Acero inoxidable, Acero al carbono, Goma, Cuero PVC
Peso	65KG
Capacidad de peso	200KG

Código SKU

215064

Consejos de Seguridad

Asegúrese de haber leído y comprendido completamente el manual de instrucciones y los consejos de seguridad antes de usar este producto.



Instrucciones de Monster Shop (UK)

Máquina de Reformer de Pilates de Roble

- Mantenga siempre una postura y alineación correctas al usar la máquina de reformer de Pilates para evitar tensiones o lesiones.
- Coloque el reformer sobre una superficie estable y plana para asegurarse de que permanezca estacionario durante su uso.
- Siempre que sea posible, use alfombrillas antideslizantes debajo del reformer para evitar movimientos o deslizamientos durante los ejercicios.
- Use calzado adecuado o calcetines con agarre.
- Mantenga las manos y los dedos alejados de las partes móviles en todo momento para evitar lesiones por pellizcos o atrapamientos.
- Evite estirar en exceso sus músculos o articulaciones progresando gradualmente y solo hasta un nivel adecuado para su condición física y flexibilidad.
- Consulte a un profesional médico antes de usar el reformer si tiene condiciones médicas preexistentes o lesiones.
- Verifique y ajuste la configuración de los resortes antes de cada sesión para asegurarse de que el nivel de resistencia sea adecuado para su nivel de condición física y el ejercicio que se va a realizar.
- No exceda el límite de peso indicado por el fabricante para la máquina.
- Asegúrese de que los niños o personas no autorizadas no accedan ni operen la máquina sin supervisión.
- Deje de usar el reformer inmediatamente si siente algún dolor, mareo o malestar durante el ejercicio y consulte a un profesional médico.
- Evite la Humedad Excesiva: Mantenga el reformer en un lugar seco en una habitación con temperatura controlada para evitar deformaciones, hinchazones, grietas o astillas que podrían causar lesiones.

La responsabilidad de Monster Group UK Limited se limitará únicamente al valor comercial del producto.

Por favor visite <https://monstershop.co.uk/policies/terms-of-service> para ver los términos y condiciones completos.



Partes

Cuerda + Asa 2 pieza(s)

Poste de Lanyard 2 pieza(s)



Polea de Cuerda de Tracción 2 pieza(s)



Asa de Almohada para Hombros 2 pieza(s)



Almohadillas para los hombros 2 pieza(s)



Caja Cuadrada Negra 1 pieza(s)

Tablero de pies 1 pieza(s)



Tableros de muelles 1 pieza(s)



Funda antideslizante para manillar 1 pieza(s)



Correa de Gancho 1 pieza(s)



Pasos (12)

Paso 1 de 12



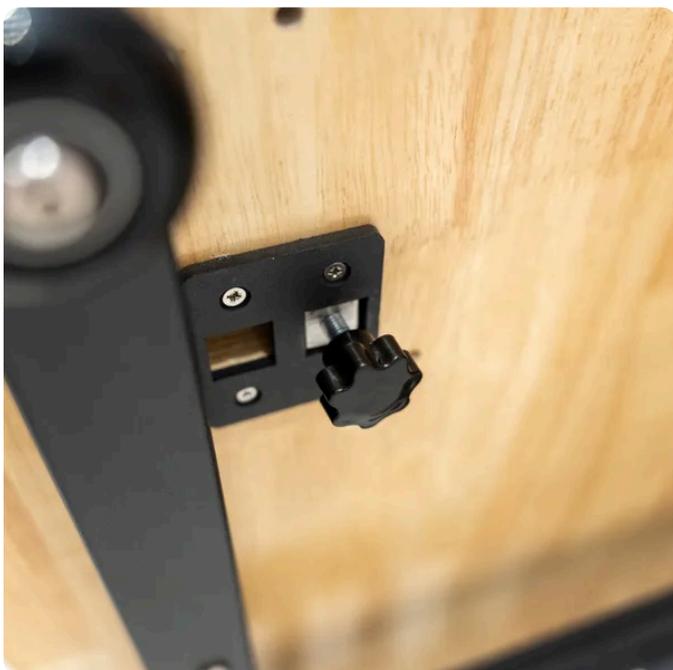
Con 5 muelles intercambiables para resistencia ajustable, añade los muelles según tu nivel de resistencia deseado y la imagen adjunta:

Color	Peso de Resistencia	Nivel de Resistencia
Rojo	28-61lb (13-28kg)	Fuerte
Verde	12-32lb (5.5-14.5kg)	Medio
Amarillo	8-18.5lb (3.7-8.4kg)	Ligero



2. Instalación Segura de Almohadillas para los Hombros

Instalar las Almohadillas para los Hombros: Inserte las almohadillas para los hombros en las ranuras designadas en la base del reformador. Asegúrese de que estén bien ajustadas alineándolas con las placas de metal y apretando las perillas de ajuste para evitar movimientos durante el uso.



3. Instalación de los Mangos de las Almohadillas para los Hombros

Instalación de los Mangos de las Almohadillas para los Hombros: Tome el mango de la almohadilla para los hombros y alinéelo con la ranura designada en la base del reformador. Inserte el extremo roscado en la ranura y gírelo en el sentido de las agujas del reloj para asegurarlo firmemente. Asegúrese de que el poste esté bien colocado para evitar movimientos durante el uso. Repita el proceso para el segundo mango de la almohadilla para los hombros.



4. Alineación y aseguramiento de los postes de la cuerda

Instalar los postes de la cuerda: Alinea los postes de la cuerda con las ranuras designadas en el marco del reformador. Inserta los postes y asegúralos usando las perillas de ajuste. Asegúrate de que los postes estén firmemente en su lugar apretando las perillas para evitar cualquier movimiento durante el uso.



5. Alineación y aseguramiento de poleas

Instalar poleas de cordón: Tome las poleas de cordón y alinéelas con la parte superior de los postes de cordón. Inserte las poleas en las ranuras designadas y asegúrelas apretando las perillas de ajuste. Asegúrese de que las poleas estén firmemente en su lugar para mantener la estabilidad durante el uso.

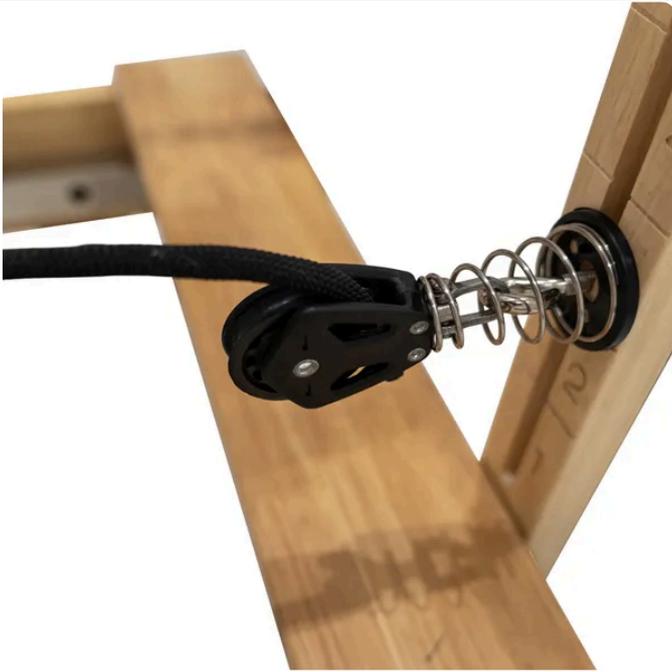


6. Instalación y Ajuste de la Cuerda

Instalar Cuerda de Tracción y Asa:

1. **Colocar la Cuerda de Tracción:** Comience pasando la cuerda de tracción a través del sistema de poleas. Asegúrese de que la cuerda esté colocada de manera segura dentro de las ranuras de las poleas para permitir un movimiento suave.
2. **Asegurar la Cuerda:** Una vez pasada, tire de la cuerda para tensarla y asegúrela atando un nudo en el extremo. Asegúrese de que el nudo esté bien apretado para evitar deslizamientos durante el uso.
3. **Colocar la Cuerda:** Alinee la cuerda a lo largo del camino designado, asegurándose de que no esté torcida y que pase suavemente por todas las guías y poleas.
4. **Comprobar la Tensión:** Pruebe la tensión de la cuerda tirando de ella suavemente. Ajuste si es necesario para asegurarse de que se mueva libremente sin holgura excesiva.





7. Instalación de la Funda del Manillar

Instalar la Funda Antideslizante del Manillar:

1. **Colocar la Funda Antideslizante del Manillar:** Alinea la funda antideslizante sobre el manillar, asegurándote de que esté centrada y cubra toda la longitud de la barra.
2. **Asegurar la Funda:** Envuelve la funda alrededor del manillar, presionando los bordes juntos para fijarla de manera segura. Asegúrate de que la funda esté ajustada y lisa, sin huecos ni áreas sueltas.
3. **Comprobar la Estabilidad:** Presiona y tira suavemente de la funda para confirmar que está firmemente sujeta y no se deslizará durante el uso. Ajusta si es necesario para mantener un ajuste seguro.

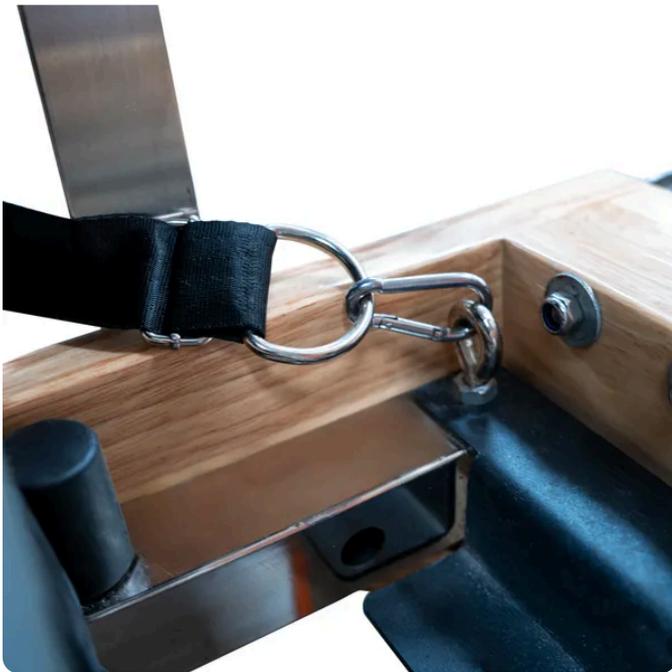


8. Instalación y Ajuste de la Correa con Gancho

Instalar la Correa con Gancho:

1. **Colocar la Correa con Gancho:** Toma la correa con gancho y localiza los puntos de fijación en el marco del reformador.
2. **Fijar la Correa con Gancho:** Sujeta firmemente cada extremo de la correa con gancho a los ganchos designados en el marco. Asegúrate de que los clips estén completamente enganchados para evitar que se suelten durante el uso.
3. **Verificar la Alineación:** Verifica que la correa con gancho esté alineada uniformemente y tensa a lo largo del marco. Ajusta si es necesario para asegurar la estabilidad y el funcionamiento adecuado.
4. **Confirmar la Seguridad:** Tira suavemente de la correa con gancho para confirmar que está firmemente sujeta y no se deslizará durante los ejercicios. Ajusta la tensión si es necesario.





Paso 9 de 12



Instalar una caja cuadrada negra



10. Instalación y Estabilización del Reposapiés

Instalar el reposapiés:

1. **Colocar el reposapiés:** Alinea el reposapiés con las ranuras designadas al final del marco del reformador.
2. **Asegurar el reposapiés:** Inserta el reposapiés en las ranuras y asegúrate de que esté firmemente asentado. Aprieta cualquier perilla de ajuste o sujetador para asegurarlo en su lugar.
3. **Comprobar la estabilidad:** Presiona suavemente el reposapiés para confirmar que es estable y no se moverá durante el uso. Ajusta si es necesario para asegurar un ajuste seguro.



11. Mantenimiento

- **Inspecciona el reformador regularmente en busca de signos de desgaste o daño. No utilices la máquina si algún componente parece defectuoso o comprometido.**
- **Asegúrate de que todos los pernos, tornillos y conexiones estén bien apretados antes de cada uso para mantener la estabilidad y seguridad de la máquina.**
- **Cuando no esté en uso, guarda el reformador en la bolsa de almacenamiento proporcionada en un ambiente seco y bajo techo, para evitar daños o deterioro de los materiales.**
- **Limpia las superficies de cuero PVC del reformador después de cada uso con un paño suave y húmedo y una solución de jabón suave para mantener la limpieza y prevenir la degradación del material. Evita usar productos químicos agresivos o materiales abrasivos.**

12. Solución de problemas

- **¿QUÉ HAGO SI FALTAN PIEZAS EN MI PEDIDO?**

Si parece que falta alguna pieza en su pedido, póngase en contacto con nuestro amable y servicial equipo de atención al cliente dentro de los 7 días posteriores a la recepción.

- **PARA TODOS LOS DEMÁS PROBLEMAS, POR FAVOR CONTACTE A NUESTRO EQUIPO DE ATENCIÓN AL CLIENTE.**



Instrucciones de Monster Shop (UK)

Máquina de Reformer de Pilates de Roble