



Istruzioni di Monster Shop (UK)

Macchina Reformer Pilates in Rovere

215064

Informazioni sul prodotto

Macchina Reformer Pilates in Rovere

Descrizione

Grazie per aver scelto la macchina Reformer Pilates pieghevole, una soluzione versatile e salvaspazio per il tuo programma di fitness e benessere. Questo reformer è completamente equipaggiato con una pedana, una tavola a molla e accessori a scatola, oltre a un esclusivo trampolino per aggiungere varietà e divertimento! Con sei molle in acciaio che offrono tre livelli di resistenza, una barra per i piedi con otto posizioni, imbottitura in morbida pelle PVC e una pratica borsa per il trasporto, combina comfort, durata e convenienza per un'esperienza Pilates di livello professionale.

Specifiche del prodotto

	215064
Dimensioni	2300*690*580cm
Materiale	Rovere, Legno, Acciaio inossidabile, Acciaio al carbonio, Gomma, Pelle PVC
Peso	65KG
Capacità di peso	200KG

Codice Prodotto

215064

Consigli di Sicurezza

Assicurati di aver letto e compreso completamente il manuale di istruzioni e i consigli di sicurezza prima di utilizzare questo prodotto.



- Mantieni sempre una postura e un allineamento corretti quando usi la macchina reformer Pilates per evitare sforzi o lesioni.
- Posiziona il reformer su una superficie stabile e piana per garantire che rimanga fermo durante l'uso.
- Quando possibile, utilizza tappetini antiscivolo sotto il reformer per prevenire movimenti o scivolamenti durante gli esercizi.
- Indossa calzature appropriate o calzini con grip.
- Tieni le mani e le dita lontane dalle parti in movimento in ogni momento per evitare lesioni da pizzicamento o intrappolamento.
- Evita di allungare eccessivamente i muscoli o le articolazioni progredendo gradualmente e solo a un livello appropriato per la tua forma fisica e flessibilità.
- Consulta un medico prima di utilizzare il reformer se hai condizioni mediche preesistenti o lesioni.
- Controlla e regola le impostazioni delle molle prima di ogni sessione per assicurarti che il livello di resistenza sia adatto al tuo livello di forma fisica e all'esercizio che stai eseguendo.
- Non superare il limite di peso dichiarato dal produttore per la macchina.
- Assicurati che bambini o persone non autorizzate non abbiano accesso o non utilizzino la macchina senza supervisione.
- Interrompi immediatamente l'uso del reformer se avverti dolore, vertigini o disagio durante l'esercizio e consulta un medico.
- Evita l'umidità eccessiva: mantieni il reformer in un ambiente asciutto e a temperatura controllata per prevenire deformazioni, rigonfiamenti, crepe o schegge che potrebbero causare lesioni.

La responsabilità di Monster Group UK Limited sarà limitata al solo valore commerciale del prodotto.

Visita <https://monstershop.co.uk/policies/terms-of-service> per vedere i termini e le condizioni completi.



Parti

Corda + Maniglia

2 pezzo(i)

Palo del Cordino

2 pezzo(i)



Carrucola della Corda di Trazione

2 pezzo(i)



Maniglia del Cuscino per le Spalle

2 pezzo(i)



Cuscini per le spalle

2 pezzo(i)



Scatola Nera Quadrata

1 pezzo(i)

Pedana

1 pezzo(i)



Tavole a molla

1 pezzo(i)



Copertura Antiscivolo per Maniglia

1 pezzo(i)



Cinghia con Gancio

1 pezzo(i)



Passaggi (12)

Passaggio 1 di 12



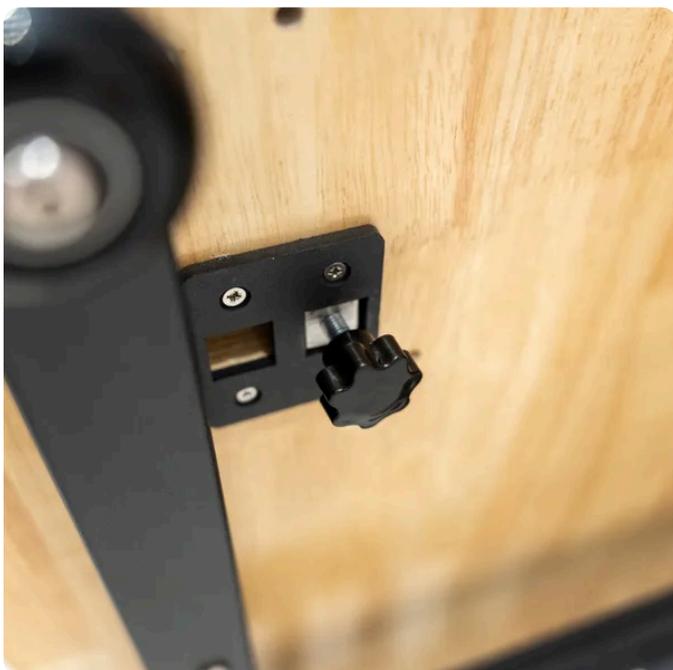
Dotato di 5 molle intercambiabili per una resistenza regolabile, aggiungi le molle in base al livello di resistenza desiderato e all'immagine allegata:

Colore	Peso di Resistenza	Livello di Resistenza
Rosso	28-61lb (13-28kg)	Pesante
Verde	12-32lb (5.5-14.5kg)	Medio
Giallo	8-18.5lb (3.7-8.4kg)	Leggero



2. Installazione Sicura dei Cuscini per le Spalle

Installare i Cuscini per le Spalle: Inserire i cuscini per le spalle negli appositi slot sulla base del reformer. Assicurarsi che siano fissati saldamente allineandoli con le piastre metalliche e stringendo le manopole di regolazione per evitare movimenti durante l'uso.



3. Installazione delle Maniglie dei Cuscini per le Spalle

Installazione delle Maniglie dei Cuscini per le Spalle: Prendi la maniglia del cuscino per le spalle e allineala con l'apposito slot sulla base del reformer. Inserisci l'estremità filettata nello slot e ruotala in senso orario per fissarla saldamente. Assicurati che il supporto sia ben saldo per evitare movimenti durante l'uso. Ripeti il processo per la seconda maniglia del cuscino per le spalle.



4. Allineamento e Fissaggio dei Pali del Cordino

Installare i Pali del Cordino: Allineare i pali del cordino con le fessure designate sul telaio del reformer. Inserire i pali e fissarli utilizzando le manopole di regolazione. Assicurarsi che i pali siano saldamente in posizione stringendo le manopole per prevenire qualsiasi movimento durante l'uso.



5. Allineamento e Fissaggio delle Pulegge

Installare le Pulegge del Cordino: Prendere le pulegge del cordino e allinearle con la parte superiore dei montanti del cordino. Inserire le pulegge nelle fessure designate e fissarle serrando le manopole di regolazione. Assicurarsi che le pulegge siano saldamente in posizione per mantenere la stabilità durante l'uso.

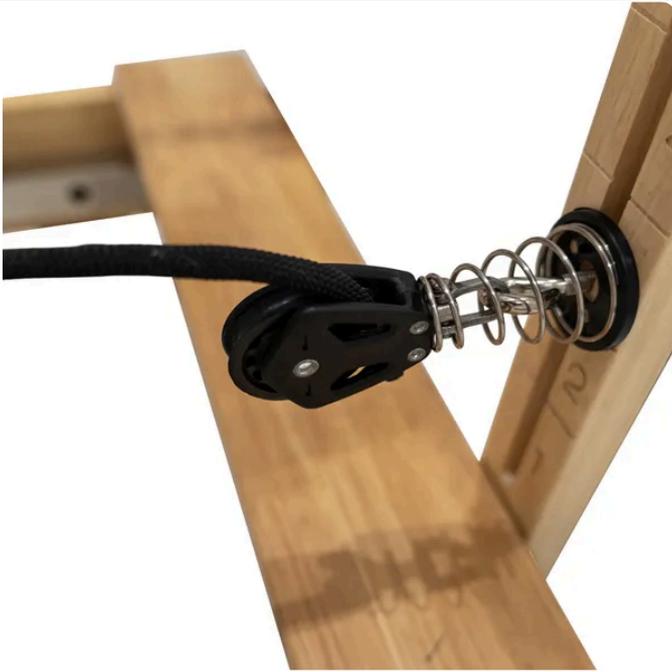


6. Installazione e Regolazione della Corda

Installazione della Corda di Trazione e della Maniglia:

1. **Fissare la Corda di Trazione:** Iniziare infilando la corda di trazione attraverso il sistema di carrucole. Assicurarsi che la corda sia posizionata saldamente all'interno delle scanalature delle carrucole per consentire un movimento fluido.
2. **Fissare la Corda:** Una volta infilata, tirare la corda ben tesa e fissarla legando un nodo all'estremità. Assicurarsi che il nodo sia stretto per evitare scivolamenti durante l'uso.
3. **Posizionare la Corda:** Allineare la corda lungo il percorso designato, assicurandosi che non sia attorcigliata e che scorra agevolmente attraverso tutte le guide e le carrucole.
4. **Controllare la Tensione:** Testare la tensione della corda tirandola delicatamente. Regolare se necessario per garantire che si muova liberamente senza eccessivo gioco.





7. Installazione della Copertura del Manubrio

Installare la Copertura Antiscivolo del Manubrio:

1. **Posizionare la Copertura Antiscivolo del Manubrio:** Allineare la copertura antiscivolo sul manubrio, assicurandosi che sia centrata e copra l'intera lunghezza della barra.
2. **Fissare la Copertura:** Avvolgere la copertura attorno al manubrio, premendo i bordi insieme per fissarla saldamente. Assicurarsi che la copertura sia stretta e liscia, senza spazi o aree allentate.
3. **Controllare la Stabilità:** Premere e tirare delicatamente la copertura per confermare che sia saldamente attaccata e non scivoli durante l'uso. Regolare se necessario per mantenere una vestibilità sicura.

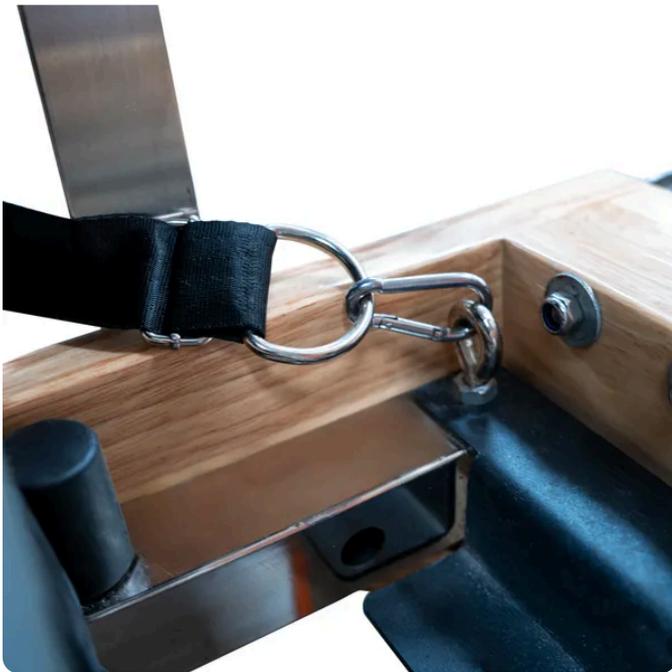


8. Installazione e Regolazione della Cinghia con Gancio

Installare la Cinghia con Gancio:

1. **Posizionare la Cinghia con Gancio:** Prendere la cinghia con gancio e individuare i punti di attacco sul telaio del reformer.
2. **Attaccare la Cinghia con Gancio:** Fissare saldamente ciascuna estremità della cinghia con gancio ai ganci designati sul telaio. Assicurarsi che i ganci siano completamente inseriti per evitare distacchi durante l'uso.
3. **Controllare l'Allineamento:** Verificare che la cinghia con gancio sia uniformemente allineata e tesa sul telaio. Regolare se necessario per garantire stabilità e corretto funzionamento.
4. **Confermare la Sicurezza:** Tirare delicatamente la cinghia con gancio per confermare che sia saldamente attaccata e non scivoli durante gli esercizi. Regolare la tensione se necessario.





Passaggio 9 di 12



Installa una Scatola Nera Quadrata



10. Installazione e Stabilizzazione della Pedana

Installazione della Pedana:

1. **Posizionare la Pedana:** Allineare la pedana con le fessure designate all'estremità del telaio del reformer.
2. **Fissare la Pedana:** Inserire la pedana nelle fessure e assicurarsi che sia saldamente posizionata. Stringere eventuali manopole di regolazione o fissaggi per bloccarla in posizione.
3. **Controllare la Stabilità:** Premere delicatamente sulla pedana per confermare che sia stabile e non si muova durante l'uso. Regolare se necessario per garantire un fissaggio sicuro.



11. Manutenzione

- **Ispezionare regolarmente il reformer per eventuali segni di usura o danni. Non utilizzare la macchina se qualche componente appare difettoso o compromesso.**
- **Assicurarsi che tutti i bulloni, le viti e le connessioni siano ben serrati prima di ogni utilizzo per mantenere la stabilità e la sicurezza della macchina.**
- **Quando non in uso, riporre il reformer nella borsa di stoccaggio fornita in un ambiente asciutto e al chiuso, per prevenire danni o deterioramento dei materiali.**
- **Pulire le superfici in pelle PVC del reformer dopo ogni utilizzo con un panno morbido e umido e una soluzione di sapone delicato per mantenere la pulizia e prevenire il degrado del materiale. Evitare l'uso di sostanze chimiche aggressive o materiali abrasivi.**

12. Risoluzione dei problemi

- **COSA DEVO FARE SE MANCANO DEI PEZZI DAL MIO ORDINE?**

Se sembra che manchi qualche pezzo dal tuo ordine, contatta il nostro amichevole e disponibile Team di Supporto Clienti entro 7 giorni dal ricevimento.

- **PER TUTTI GLI ALTRI PROBLEMI, SI PREGA DI CONTATTARE IL NOSTRO TEAM DI SUPPORTO CLIENTI.**



Istruzioni di Monster Shop (UK)

Macchina Reformer Pilates in Rovere