

—NUBIUM



Video instrucciones



Video instructions

ESP Instrucciones de montaje

USA Assembly instructions

DE Montageanleitung

FR Instructions de montage

IT Istruzioni di montaggio

PT Instruções de montagem

Índice

Advertencia importante	2
Qué incluye el Reformer	3 - 4
Montaje del Reformer	4 - 10
Mantenimiento	10

Importante

Este manual contiene instrucciones de montaje e información de seguridad. Lea detenidamente el manual antes de utilizar su reformer y consérvelo para futuras consultas. Si no se siguen las instrucciones y advertencias de seguridad podría sufrir lesiones graves.

Advertencia

Este reformer está diseñado para ser utilizado en interior. Tenga cuidado al utilizar su reformer, especialmente cuando su ejercicio se base en la resistencia de los muelles. Si usted es un usuario inexperto o primerizo, utilice su reformer bajo la supervisión de un profesional. Asegúrese de que sus clientes o pacientes reciben una instrucción adecuada antes de usar el reformer.



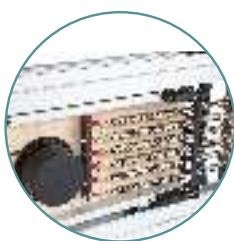
EL USO INADECUADO DEL REFORMER PUEDE CAUSAR LESIONES GRAVES. PARA REDUCIR EL RIESGO:

- Antes de realizar cualquier ejercicio, consulte a un médico.
- Deje de hacer ejercicio inmediatamente si siente dolor en el pecho se siente débil, tiene dificultad para respirar o experimenta malestar.
- Antes de utilizar el equipo, lea y siga las instrucciones de seguridad de este manual y realice sus ejercicios bajo la supervisión de un profesional.
- Utilice el equipo sólo para los ejercicios previstos.
- No utilice el equipo si parece estar desgastado, roto o dañado.
- No intente reparar el equipo usted mismo sin ponerse en contacto con Elina Pilates.
- Asegúrese de que los muelles estén completamente montados en ambos extremos. Un muelle que sólo esté medio cerrado corre el riesgo de soltarse y desprenderse con mucha fuerza.
- Cuando se utilice la push bar con los muelles, un profesional capacitado debe mantener una mano en la barra en todo momento.
- Mantenga el cuerpo, la ropa y el pelo libre de cualquier objetivo que pueda engancharse.
- Asegúrese de que el equipo esté correctamente ajustado para su tamaño y su nivel de habilidad.
- Para un rendimiento óptimo, deje al menos 60 cm de espacio libre a cada lado del reformer.
- Antes de mover el reformer, asegúrese de que las cuerdas no se arrastren, que los muelles estén fijados y el carro sea seguro.
- El reformer debe ser utilizado por una sola persona que no pese más de 350 lbs / 159 kgs.
- No permita que los niños usen o estén cerca del reformer sin la supervisión de un adulto.
- Este equipo debe ser instalado en un suelo nivelado y estable.

— El Reformer Nubium incluye:



- Reformer Nubium; Estructura+carro.
- Sistema de ajuste de cuerdas automático, retráctil.
- Hombreras extraíbles y ajustables.
- Reposacabezas ajustable en 3 posiciones.
- Tabla de salto y box mediano.
- 1 juego de cuerdas de poleas.
- 1 correa de pies ajustable.
- Muelles: 1 ligero (amarillos), 2 medios (verdes) y 2 fuertes (rojos).
- Freno de carro de 3 posiciones.
- Barra de pies acolchada sistema Quick Release con 7 posiciones de cambio rápido.
- 1 juego de asas doble loop de mano y pie.
- Barra de muelles fija con 2 posiciones.





— Montaje del Reformer



①



Abrimos los cierres de seguridad del embalaje de la caja del reformer usando un destornillador como palanca y un martillo para ayudarnos a abrir la tapa.



②



Sacamos la estructura y los componentes de la caja.



- 1 Tabla de salto.
- 2 Hombreras y picas.
- 3 Box.
- 4 Cinta de pies.
- 5 Asas de manos y pies doble loop.
- 6 Patas del reformer.
- 7 Plataforma de pies.
- 8 Barra de pies
- 9 Barra de poleas.



3



Para colocar las patas, desenroscamos las que vienen preinstaladas en el reformer. Colocamos las patas sin ruedas en el cabecero del reformer.



4



Las aseguramos firmemente utilizando los tornillos provistos.



5



Las patas con ruedas las colocamos en la parte inferior del reformer, asegurándonos de que las ruedas queden mirando hacia el exterior. Aseguramos las patas de la misma manera.



6



Colocamos las hombreras en el cabecero del carro, eligiendo el espacio entre hombros que se desea, y ajustamos al máximo las picas de los soportes de las hombreras.



7



Encajamos las barras de poleas y las sujetamos al máximo utilizando las ruedas de ajuste.



8



Utilizamos el sistema retráctil de cuerda para ajustar fácilmente la longitud deseada de la cuerda, ya que se recoe automáticamente. Simplemente tiramos de ella y la dejamos en la longitud deseada.



9



Introducimos las cuerdas en las poleas, comenzando por pasar el extremo libre a través de la polea. A continuación, pasamos la cuerda por los prisioneros designados para regular la longitud de la misma.



Para colocar las asas realizaremos un nudo simple. Pasamos el asa por uno de los extremos de la cuerda, y volvemos a pasar el asa por el extremo pero esta vez de la misma asa.



Tiramos del asa y de la cuerda y ya tendremos el asa colocada. Repetimos los mismos pasos con la otra asa.
Apóyate en las imágenes para colocarlas bien.





11



12



13



14



Para colocar la barra de pies, presionamos la pestaña de ajuste de posición y la colocamos en el lugar deseado.

Fijamos la barra utilizando los tornillos de ajuste provistos, como se puede observar en la imagen.

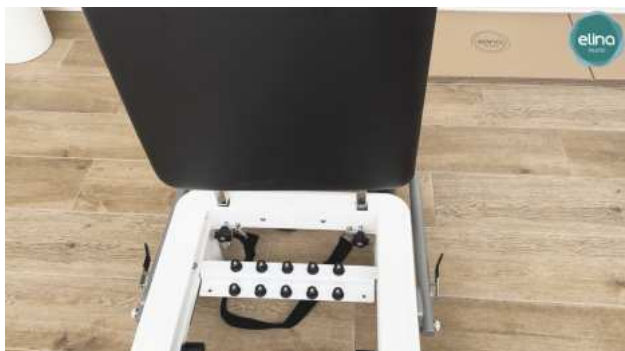
Apretamos los tornillos de ambos lados y la colocamos a la altura que deseemos.

Colocamos la cinta de pies al punto de sujeción interno del reformer.



15

Nos aseguramos que quede firmemente sujeta la cinta de pies.



16

Introducimos la tabla de salto en los agujeros indicados y la apretamos utilizando las ruedas de ajuste para asegurarla correctamente.



17

Para una mayor sujeción y seguridad, subimos la barra de pies hasta que haga tope con la tabla de salto.



18

Colocamos tabla de pies en el mismo hueco que la tabla de salto y la sujetamos con las ruedas de ajuste.

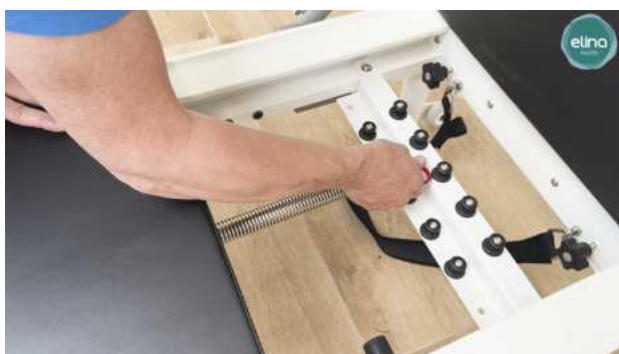




19



Ponemos los stoppers en sitio deseado para limitar el recorrido del carro, según las necesidades y preferencias.



20



Ponemos los muelles y ¡el reformer está listo para usarse!.

— Mantenimiento

Cómo limpiar

Después de cada uso, la tapicería debe limpiarse con agua y un trapo de microfibra. Para manchas que no se limpien con agua, utilice una medida pequeña de detergente neutro líquido o en polvo, diluido en dos litros de agua. Asegúrese de secarlo bien. Las ruedas, guías, barras reguladoras de muelles y rodamientos deben limpiarse y lubricarse periódicamente con la finalidad de garantizar su buen funcionamiento.

Engrases

Utilice la botella que viene con el reformer para engrasar las partes metálicas de la máquina. Haciendo incapié en los rodamientos. Utilice un spray de silicona para la lubricación cada 6 meses, dependiendo del uso. Tenga cuidado con la sobrelubricación. Nunca use lubricantes húmedos o aceite.

Cambio de muelles

Cambie los muelles cada dos años para garantizar su correcta medida de tensión y seguridad. Determinados entornos y usos pueden acortar la vida útil de sus muelles y es posible que tenga que cambiarlos con mayor frecuencia. Por ello, inspecciónelos con regularidad en reposo en busca de huecos y torceduras entre los espirales. Si observa algún daño, interrumpa su uso y sustitúyalos inmediatamente. La rotura de un muelle durante su uso puede provocar daños y lesiones.

Consejo: durante su uso, intente que los muelles no retrocedan de manera descontrolada, ya que dañará y acortará la vida útil de los mismos.

Index

Important warning	12
What the reformer includes	13 - 14
Reformer assembly	14 - 20
Maintenance	20

Important

This manual contains assembly instructions and safety information. Please read this manual before using your reformer and keep it for future reference. If you do not follow the instructions and safety warnings, you can suffer a serious injury.

Warning

This reformer is designed to be used indoors. Use your reformer with caution, especially when your exercise is based on the resistance of the springs. If you are an inexperienced or first-time user, use your reformer under the supervision of a professional. Make sure that your clients or patients receive proper instruction before using the reformer.



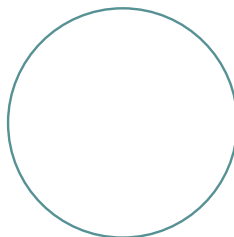
IMPROPER USE OF THE REFORMER CAN CAUSE SERIOUS INJURY. TO REDUCE THE RISK:

- Before any exercise, consult a physician.
- Stop exercising immediately if you feel pain in your chest, weakness, breathing difficulty or discomfort.
- Before using the equipment, read and follow the safety instructions and perform your exercises under professional supervision.
- Use the equipment only for the intended exercises.
- Do not use the equipment if it appears to be worn, broken or damaged.
- Do not attempt to repair the equipment yourself without contacting Elina Pilates.
- Make sure that the springs are fully assembled at both ends.
- A spring that is only half closed runs the risk of loosening with great force.
- When you are using the push bar with the springs, a trained professional should keep one hand on the bar.
- Keep your body, clothing and hair free of any targets that could get caught.
- Make sure the equipment is properly adjusted for your size and skill level.
- For optimal performance, allow at least 60 cm of clearance on each side of the reformer.
- Before moving the reformer, make sure that the ropes do not drag, that the springs are secure and the carriage is safe.
- The reformer should be used by a single person weighing no more than 350 lbs / 159 kgs.
- Do not allow children to use or be near to the reformer without adult supervision.
- This equipment must be installed on a level and stable floor.

— The Nubium Reformer includes:



- Nubium Reformer; Structure +carriage.
- Automatic rope adjustment system, retractable.
- Removable and adjustable shoulder pads.
- Head rest adjustable in 3 positions.
- Jumping board and medium box.
- 1 set of pulley ropes.
- 1 adjustable foot strap.
- Springs: 1 light (yellow), 2 medium (green) and 2 strong (red).
- 3 position trolley brake.
- "Quick Release" system padded foot bar with 7 quick change positions.
- 1 set of double loop hand and foot handles.
- Fixed spring bar with 2 positions





— Reformer assembly



1



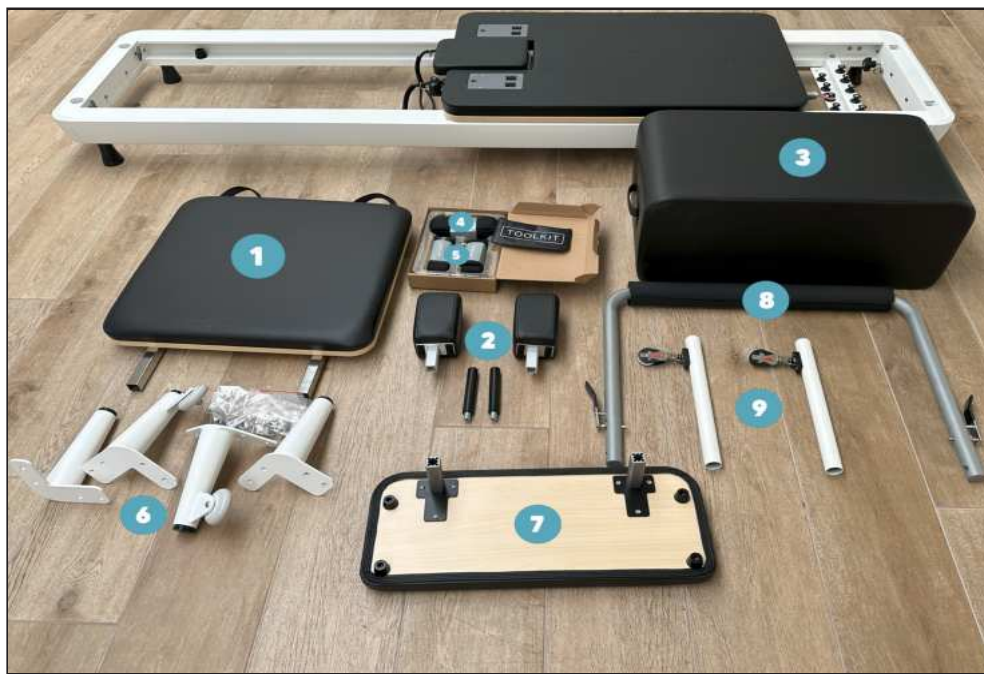
We open the safety latches on the reformer box packaging using a screwdriver as a lever and a hammer to help us open the lid.



2



We remove the structure and components from the box.



Jumpboard.

Shoulder pads and pikes.

Box.

Foot straps.

Hand and foot grips double loop.

Reformer legs.

Foot platform.

Footbar.

Pulley bar.



3



To place the legs, unscrew the ones that come pre-installed on the reformer. Place the legs without wheels on the headboard of the reformer.



4



We secure them firmly using the screws provided.



5



The legs with wheels are placed on the bottom of the reformer, making sure that the wheels are facing outwards. Secure the legs in the same way.



6



We place the shoulder pads on the carriage headboard, choosing the desired shoulder spacing, and adjust the shoulder pad support spikes as much as possible.



7



We fit the pulley bars and fasten them as much as possible using the adjusting wheels.



8



We use the retractable rope system to easily adjust the desired length of the rope, as it automatically retracts. We simply pull the rope and leave it at the desired length.



9



We insert the ropes into the pulleys, starting by passing the free end through the pulley. Next, we pass the rope through the designated set screws to regulate the length of the rope.



To place the handles we will make a simple knot. We pass the handle through one of the ends of the rope, and we pass the handle again through the end but this time of the same handle.



We pull the handle and the rope and we will have the handle in place. Repeat the same steps with the other handle. Use the images to place them well.





11



12



13



14



To place the footbar, press the position adjustment tab and place it in the desired position.

We fix the bar using the adjustment screws provided, as shown in the picture.

Tighten the screws on both sides and place it at the desired height.

We attach the foot strap to the internal attachment point of the reformer.



15

We make sure that the foot strap is fastened.



16

Insert the jump board into the indicated holes and tighten it using the adjustment wheels to secure it properly.



17

For better support and safety, we raise the foot bar until it touches the jump board.



18

We place the foot platform in the same hole as the jumping board and secure it with the adjustment wheels.





19



We place the stoppers in the desired location to limit the trolley travel, according to the needs and preferences.



20



We put the springs in and the reformer is ready to use!

— Maintenance

How to clean

After each use, the upholstery should be cleaned with water and a microfiber cloth. For stains that could not be cleaned with water, use a small measure of liquid or powder detergent diluted in water. Be sure to dry thoroughly. Wheels, guides, spring control rods and bearings should be cleaned and lubricated periodically in order to ensure their proper functioning.

Lubrication

Use the bottle supplied with the reformer to grease the metal parts of the machine. Emphasize the bearings. Use a silicone spray for lubrication every 6 months, depending on use. Be careful with over-lubrication. Never use wet lubricants or oil.

Spring replacement

Replace the springs every two years to ensure their correct tension and safety. Certain environments and applications can shorten the life of your springs and you may need to change them more frequently. Therefore, inspect them regularly at rest for gaps and kinks between the coils. If you notice any damage, discontinue use and replace them immediately. Breakage of a spring during use can cause damage and injury. Tip: During use, make sure that the springs do not recoil in an uncontrolled way, this will damage the springs.



Index

Wichtige Warnung	22
Was der Reformer enthält	23 - 24
Versammlung des Reformer	24 - 30
Wartung	30



Wichtig

Dieses Handbuch enthält Anweisungen, Sicherheits- und Garantieinformationen.

Informationen zur Garantie. Bitte lesen Sie das Handbuch vor der Benutzung Ihres Reformers und bewahren Sie es für spätere Zwecke auf. Nichteinhaltung der Anweisungen und Sicherheitshinweise können dazu führen, dass schwere Verletzungen.

Achtung

Dieser Reformer ist konzipiert für die Verwendung in Innenräumen. Seien Sie vorsichtig, wenn Sie Ihren Reformer benutzen, vor allem, wenn Ihre Übung basiert auf dem Federwiderstand. Wenn Sie ein unerfahrener Benutzer sind oder zum ersten Mal benutzen, verwenden Sie Ihren Reformer unter der Aufsicht einer Fachkraft. Stellen Sie sicher, dass Ihre Kunden oder die Patienten ordnungsgemäß unterrichtet werden bevor Sie den Reformer benutzen.



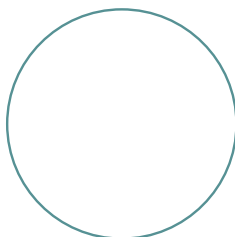
DIE UNSACHGEMÄSSE VERWENDUNG DES REFORMERS KANN ZU SCHWERE VERLETZUNGEN. UM DAS RISIKO ZU VERRINGERN:

- Konsultieren Sie vor jeder Übung einen Arzt.
- Hören Sie sofort auf zu trainieren, wenn Sie Schmerzen in der Brust, Schwäche, Kurzatmigkeit oder Unbehagen verspüren.
- Lesen und befolgen Sie vor der Benutzung des Geräts die Sicherheitshinweise in diesem Handbuch und führen Sie Ihre Übungen unter Aufsicht eines Fachmanns durch.
- Verwenden Sie das Gerät nur für die vorgesehenen Übungen.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es abgenutzt, kaputt oder beschädigt ist.
- Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu reparieren, ohne sich mit Elina Pilates in Verbindung zu setzen.
- Stellen Sie sicher, dass die Federn an beiden Enden vollständig montiert sind. Bei einer nur halb eingerasteten Feder besteht die Gefahr, dass sie sich löst und mit großer Kraft herausspringt.
- Bei der Verwendung des Schiebebügels mit den Federn muss eine geschulte Fachkraft stets eine Hand am Schiebebügel halten.
- Halten Sie Körper, Kleidung und Haare frei von Linsen, die sich darin verfangen könnten.
- Vergewissern Sie sich, dass die Ausrüstung für Ihre Größe und Ihr Können richtig eingestellt ist.
- Für eine optimale Leistung sollten Sie auf jeder Seite des Reformers mindestens 60 cm Platz lassen Seite des Reformers.
- Vergewissern Sie sich, bevor Sie den Reformer bewegen, dass die Seile nicht schleifen, dass die Federn befestigt sind und der Wagen sicher steht.
- Der Reformer sollte von einer einzelnen Person mit einem Gewicht von höchstens 159 kg benutzt werden.
- Erlauben Sie Kindern nicht, den Reformer ohne Aufsicht von Erwachsenen zu benutzen oder sich in dessen Nähe aufzuhalten.
- Dieses Gerät muss auf einem ebenen und stabilen Boden aufgestellt werden.

— Der Nubium Reformer umfasst:



- Nubium Reformer; Rahmen+Laufwerk.
- Automatisches, einziehbares Seilverstellsystem.
- Abnehmbare und verstellbare Schulterpolster.
- Kopfstütze in 3 Positionen verstellbar.
- Sprungbrett und mittelgroße Box.
- 1 Satz Umlenkseile.
- 1 verstellbarer Fußgurt.
- Federn: 1 leichte (gelb), 2 mittlere (grün) und 2 starke (rot).
- Wagenbremse mit 3 Positionen.
- Gepolsterter Quick Release-Fußbügel mit 7 Schnellwechselpositionen.
- 1 Satz Hand- und Fußgriffe mit Doppelschlaufen.
- Fester Federbügel mit 2 Positionen





— Versammlung des Reformers



1



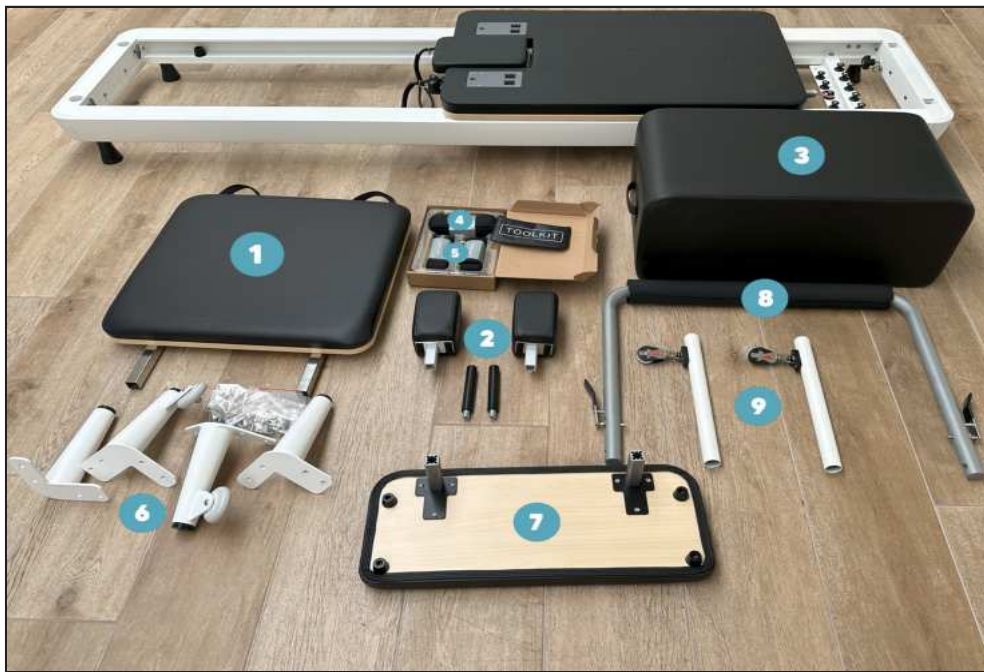
Wir öffnen die Sicherheitsverschlüsse an der Verpackung der Reformerbox mit einem Schraubenzieher als Hebel und einem Hammer, um den Deckel zu öffnen.



2



Wir nehmen die Struktur und die Komponenten aus der Schachtel.



- 1 Sprungtabelle.
- 2 Schulterpolster und Piken.
- 3 Box.
- 4 Fußschlaufe.
- 5 Doppelte Hand- und Fußschlaufen.
- 6 Reformer-Beine.
- 7 Fußplattform.
- 8 Fußleiste.
- 9 Umlenkstange.



3



Um die Beine zu montieren, schrauben Sie die am Reformer vorinstallierten Beine ab. Setzen Sie die Beine ohne Räder auf das Kopfteil des Reformers.



4



Wir befestigen sie fest mit den mitgelieferten Schrauben.



5



Die Beine mit Rädern werden auf die Unterseite des Reformers gestellt, wobei die Räder nach außen zeigen müssen. Befestigen Sie die Beine auf die gleiche Weise.



6



Legen Sie die Schulterpolster auf das Kopfteil des Wagens, wählen Sie den gewünschten Schulterabstand und stellen Sie die Spikes der Schulterpolster so weit wie möglich ein.



7



Wir setzen die Umlenkrollen ein und befestigen sie mit den Einstellrädern so fest wie möglich.



8



Wir verwenden das einziehbares Seilsystem, um die gewünschte Länge des Seils leicht einzustellen, da es sich automatisch aufrollt. Ziehen Sie es einfach heraus und lassen Sie es in der gewünschten Länge.



9



Führen Sie die Seile in die Umlenkrollen ein, indem Sie zunächst das freie Ende durch die Umlenkrolle führen. Anschließend wird das Seil durch die vorgesehenen Stellschrauben geführt, um die Länge des Seils zu regulieren.



Um die Griffe zu befestigen, machen wir einen einfachen Knoten. Wir führen den Griff durch eines der Enden des Seils, und wir führen den Griff durch das andere Ende wieder, aber dieses Mal von der gleichen Griff.



Ziehen Sie am Griff und am Seil, und der Griff ist angebracht. Wiederholen Sie die gleichen Schritte mit dem anderen Griff. Benutze die Bilder, um sie richtig zu platzieren.





11

Um den Fußbügel zu positionieren, drücken Sie auf die Lasche zur Positionseinstellung und bringen Sie ihn in die gewünschte Position.



12

Befestigen Sie die Stange mit den mitgelieferten Stellschrauben, wie in der Abbildung gezeigt.



13

Ziehen Sie die Schrauben auf beiden Seiten fest und positionieren Sie ihn in der gewünschten Höhe.



14

Befestigen Sie den Fußgurt am internen Befestigungspunkt des Reformers.





15



Wir stellen sicher, dass der Fußriemen sicher befestigt ist.



16



Setzen Sie das Sprungbrett in die angegebenen Löcher ein und ziehen Sie es mit den Einstellrädern fest, um es richtig zu sichern.



17



Für zusätzlichen Halt und Sicherheit heben wir den Fußbügel an, bis er das Sprungbrett berührt.



18



Das Trittbrett wird in das gleiche Loch wie das Sprungbrett gesteckt und mit den Stellrädern befestigt.



19



Wir platzieren die Stopper an der gewünschten Stelle, um die Fahrt des Wagens zu begrenzen, je nach Bedarf und Vorliebe.



20



Wir setzen die Federn ein und der Reformer ist einsatzbereit!

— Wartung

Wie reinigen

Nach jedem Gebrauch sollte die Polsterung mit Wasser und einem Mikrofasertuch gereinigt werden. Verwenden Sie für Flecken, die nicht mit Wasser entfernt werden konnten, eine kleine Menge flüssiges oder pulverförmiges Reinigungsmittel, das mit Wasser verdünnt wurde. Achten Sie darauf, gründlich zu trocknen. Räder, Führungen, Federsteuerstangen und Lager sollten regelmäßig gereinigt und geschmiert werden, um ihre ordnungsgemäße Funktion zu gewährleisten.

Schmierung

Verwenden Sie die mit dem Reformer gelieferte Flasche, um die Metallteile der Maschine zu schmieren. Achten Sie besonders auf die Lager. Verwenden Sie je nach Gebrauch alle 6 Monate ein Silikonspray zur Schmierung. Vorsicht bei Überschmierung. Verwenden Sie niemals feuchte Schmiermittel oder Öl.

Federwechsel

Tauschen Sie die Federn alle zwei Jahre aus, um die richtige Spannung und Sicherheit zu gewährleisten. Bestimmte Umgebungen und Anwendungen können die Lebensdauer Ihrer Federn verkürzen, und Sie müssen sie möglicherweise häufiger ändern. Kontrollieren Sie sie daher regelmäßig im Ruhezustand auf Lücken und Knicke zwischen den Windungen.

Wenn Sie Schäden bemerken, stellen Sie die Verwendung ein und ersetzen Sie sie sofort. Der Bruch einer Feder während des Gebrauchs kann dazu führen, dass Sie Schaden und Verletzungen erleiden. Tipp: Achten Sie während des Gebrauchs darauf, dass die Federn nicht unkontrolliert zurückschlagen, dies beschädigt die Federn.



Index

Avertissement important	32
Ce qui est inclus dans le Reformer	33- 34
Partes de un Reformer para Pilates	34 - 40
Maintenance	40



Important

Ce manuel contient des instructions de montage, des consignes de sécurité et des informations sur la garantie. Veuillez lire attentivement le manuel avant d'utiliser votre reformer et le conserver pour toute référence ultérieure. et conservez-la pour pouvoir la consulter ultérieurement.

Avertissement

Ce reformer est conçu pour être utilisé à l'intérieur. Soyez prudent lorsque vous utilisez votre reformer, surtout quand votre exercice est basée sur la résistance du ressort. Si vous êtes une personne inexpérimentée ou pour une première utilisation, utilisez votre reformer sous la supervision d'un professionnel. Assurez-vous que vos clients ou les patients reçoivent des instructions appropriées avant d'utiliser le reformer.



L'UTILISATION INCORRECTE DU REFORMEUR PEUT PROVOQUER BLESSURES GRAVES. POUR RÉDUIRE LES RISQUES:

- Avant tout exercice, consultez un médecin.
- Arrêtez immédiatement l'exercice si vous ressentez une douleur thoracique, une faiblesse, un essoufflement ou un malaise.
- Avant d'utiliser l'appareil, lisez et suivez les consignes de sécurité de ce manuel et effectuez vos exercices sous la supervision d'un professionnel.
- N'utilisez l'équipement que pour les exercices prévus.
- N'utilisez pas l'équipement s'il semble usé, cassé ou endommagé.
- N'essayez pas de réparer l'équipement vous-même sans contacter Elina Pilates.
- Assurez-vous que les ressorts sont entièrement assemblés aux deux extrémités. Un ressort qui n'est qu'à moitié bloqué risque de se détacher et de se détacher avec une grande force. et se détachent avec une grande force.
- Lors de l'utilisation de la barre de poussée avec les ressorts, un professionnel formé doit garder une main sur la barre de poussée à tout moment.
- Veillez à ce que le corps, les vêtements et les cheveux ne contiennent pas de lentilles qui pourraient s'emmêler.
- Assurez-vous que l'équipement est correctement réglé pour votre taille et votre niveau de compétence.
- Pour une performance optimale, laissez au moins 60 cm d'espace libre de chaque côté du reformer.
- Avant de déplacer le reformer, assurez-vous que les cordes ne traînent pas, que les ressorts sont fixés et que le chariot est sécurisé.
- Le reformer doit être utilisé par une seule personne ne pesant pas plus de 350 lbs / 159 kg.
- Ne laissez pas les enfants utiliser ou se trouver à proximité du reformer sans la surveillance d'un adulte.
- Cet équipement doit être installé sur un sol horizontal et stable.

— Le Reformer Nubium comprend:



- Reformer Nubium ; Cadre+chariot.
- Système de réglage automatique et rétractable de la corde.
- Épaulières amovibles et réglables.
- Appui-tête réglable en 3 positions.
- Planche de saut et boîte de taille moyenne.
- 1 jeu de cordes à poulie.
- 1 sangle de pied réglable.
- Ressorts : 1 léger (jaune), 2 moyens (vert) et 2 forts (rouge).
- Frein de chariot à 3 positions.
- Barre de pied rembourrée à dégagement rapide avec 7 positions de changement rapide.
- 1 jeu de poignées à double boucle pour les mains et les pieds.
- Barre de ressort fixe à 2 positions.





— Assemblée du Réformateur



Nous ouvrons les loquets de sécurité sur l'emballage de la boîte de reformage en utilisant un tournevis comme levier et un marteau pour nous aider à ouvrir le couvercle.



Nous sortons la structure et les composants de la boîte.



- 1 Table de saut.
- 2 Epaulettes et piques.
- 3 Box.
- 4 Sangle de pied.
- 5 Double loop pour les mains et les pieds.
- 6 Jambes du Reformer.
- 7 Plate-forme pour les pieds.
- 8 Barre de pied.
- 9 Barre de poulie.



3



Pour installer les pieds, dévissez ceux qui sont préinstallés sur le reformeur.
Placez les pieds sans roues sur la tête du reformeur.



4



Nous les fixons solidement à l'aide des vis fournies.



5



Les pieds à roulettes sont placés sur le fond du reformer, en veillant à ce que les roulettes soient orientées vers l'extérieur. Fixez les pieds de la même manière.



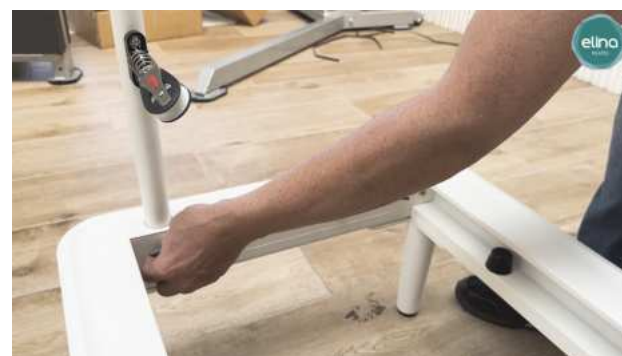
6

Placer les épaulières sur la tête du chariot, en choisissant l'espacement souhaité entre les épaules, et ajuster les pointes des épaulières autant que possible.



7

Nous installons les poulies et les fixons aussi fermement que possible à l'aide des molettes de réglage.



8

Nous utilisons le système de corde rétractable pour ajuster facilement la longueur souhaitée de la corde, car elle se rétracte automatiquement. Il suffit de la tirer et de la laisser à la longueur souhaitée.



9

Insérez les cordes dans les poulies, en commençant par faire passer l'extrémité libre dans la poulie. Ensuite, nous passons la corde dans les vis de réglage désignées pour régler la longueur de la corde.





Pour attacher les poignées, nous faisons un nœud simple. Nous passons la poignée à travers l'une des extrémités de la corde, et nous la passons à nouveau à travers l'autre extrémité, mais cette fois-ci avec la même poignée.



Tirez sur la poignée et la corde et la poignée est en place. Répétez les mêmes étapes avec l'autre poignée. Utilisez les images pour les placer correctement.





11



Pour positionner la barre de pied, appuyez sur la languette de réglage de la position et placez-la dans la position souhaitée.



12



Fixez la barre à l'aide des vis de réglage fournies, comme indiqué sur l'image.



13



Serrez les vis des deux côtés et positionnez-le à la hauteur souhaitée.



14



Attachez la courroie de pied au point d'attache interne du reformer.



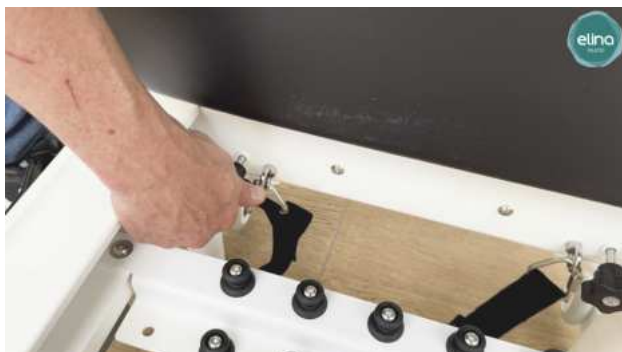
15

Nous veillons à ce que la courroie de pied soit bien fixée.



16

Insérez la planche à sauter dans les trous indiqués et serrez-la à l'aide des molettes de réglage pour la fixer correctement.



17

Pour plus de soutien et de sécurité, nous relevons la barre de pied jusqu'à ce qu'elle touche le tremplin.



18

Nous plaçons le marchepied dans le même trou que la planche à sauter et le fixons à l'aide des roues de réglage.





19



Nous plaçons les bouchons à l'endroit souhaité pour limiter la course du chariot, en fonction des besoins et des préférences..



20



Nous mettons les ressorts en place et le reformer est prêt à l'emploi !

— Maintenance

Comment nettoyer

Après chaque utilisation, le rembourrage doit être nettoyé avec de l'eau et un chiffon en microfibre. Pour les taches qui n'ont pas pu être nettoyées avec de l'eau, utilisez une petite mesure de liquide ou un détergent en poudre dilué dans de l'eau. Assurez-vous de bien sécher. Roues, guides, les tiges de commande à ressort et les roulements doivent être nettoyé et lubrifié périodiquement afin d'assurer leur bon fonctionnement.

Lubrification

Utilisez le flacon fourni avec le reformeur pour graisser les parties métalliques de la machine. Insistez sur les roulements. Utilisez un spray de silicone pour la lubrification tous les 6 mois, en fonction de l'utilisation. Attention à la surlubrification. N'utilisez jamais de lubrifiants humides ou d'huile.

Remplacement du ressort

Remplacer les ressorts tous les deux ans pour assurer leur bonne tension et leur sécurité. Certains environnements et applications peut raccourcir la durée de vie de vos ressorts et vous devrez peut-être les changer plus souvent.

Par conséquent, inspectez-les régulièrement au repos pour les écarts et les plis entre les bobines. Si vous remarquez des dommages, arrêtez d'utiliser et remplacez-les immédiatement. La rupture d'un ressort pendant l'utilisation peut entraîner dommages et blessures.

Astuce : Lors de l'utilisation, assurez-vous que les ressorts ne recule pas de façon incontrôlée, cela endommagera les ressorts.



Indice

Avviso importante	42
Cosa contiene il riformatore	43 - 44
Assemblaggio del riformatore	44 - 50
Manutenzione	50



Importante

Questo manuale contiene istruzioni, informazioni sulla sicurezza e sulla garanzia.

Si prega di leggere il manuale prima di utilizzare il vostro Reformer e di conservarlo per consultazioni future. Il mancato rispetto delle istruzioni e delle avvertenze sulla sicurezza può causare gravi lesioni.

Attenzione

Questo Reformer è progettato per l'uso in ambienti interni.

Usate il Reformer con cautela, soprattutto se il vostro esercizio si basa sulla resistenza delle molle.

Se siete utenti inesperti o lo usate per la prima volta, utilizzate il Reformer sotto la supervisione di un professionista.

Assicuratevi che i vostri clienti o pazienti siano adeguatamente istruiti prima di usare il Reformer.



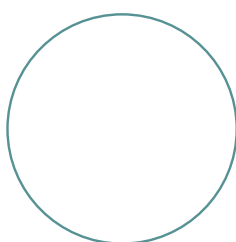
L'USO IMPROPRIO DEL REFORMER PUÒ CAUSARE GRAVI INFORTUNI.
PER RIDURRE IL RISCHIO:

- Consultare un medico prima di ogni esercizio
- Smettere immediatamente di allenarsi se si avvertono dolori al petto, debolezza, mancanza di respiro o disagio.
- Leggere e seguire le istruzioni di sicurezza prima di utilizzare l'apparecchio in questo manuale e svolgere gli esercizi sotto la supervisione di un professionista
- Usare l'apparecchio solo per gli esercizi previsti
- Non usare l'apparecchio se è consumato, rotto o danneggiato.
- Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu reparieren, ohne sich mit Elina Pilates in Verbindung zu setzen.
- Assicurarvi che le molle siano montate completamente su entrambe le estremità. Se una molla è inserita solo a metà, c'è il rischio che si stacchi e scatti fuori con grande forza
- Durante l'uso della barra scorrevole con le molle, è necessario un operatore qualificato deve sempre tenere una mano sulla barra scorrevole.
- Tenere corpo, vestiti e capelli liberi da molle che potrebbero impigliarsi
- Assicurarvi che l'attrezzatura sia regolata correttamente in base alla propria altezza e abilità..
- Per una prestazione ottimale, lasciare almeno 60 cm di spazio su ogni lato del Reformer.
- Assicurarvi, prima di spostare il Reformer, che le molle siano fissate e che il carrello sia stabile.
- Il Reformer dovrebbe essere utilizzato da una sola persona con un peso massimo di 159 kg.
- Non permettere ai bambini di usare il Reformer senza la supervisione di un adulto o di stare nelle sue vicinanze
- Questo apparecchio deve essere posizionato su un pavimento piano e stabile.

— Il Nubium Reformer comprende:



- Nubium Reformer; telaio + meccanismo di scorrimento
- Sistema automatico di regolazione della corda retraibile.
- Spallacci rimovibili e regolabili.
- Poggiatesta regolabile in 3 posizioni.
- Pedana e box di media dimensione.
- 1 set di corde di deviazione.
- 1 cinghia per i piedi regolabile..
- Molle: 1 leggera (gialla), 2 medie (verdi) e 2 forti (rosse)
- Freno del carrello con 3 posizioni.
- Poggiapiedi imbottito con sgancio rapido e 7 posizioni di cambio rapido.
- 1 set di maniglie per mani e piedi con doppio anello.
- Supporto fisso per molla con 2 posizioni.





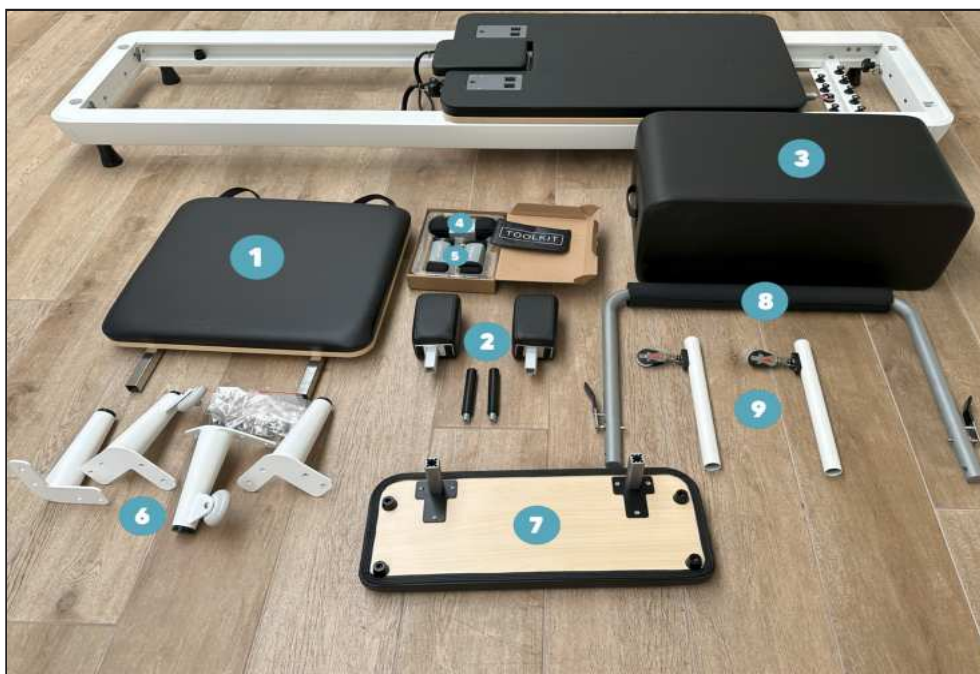
— ASSEMBLAGGIO DEL REFORMER



Apriamo i dispositivi di sicurezza sulla confezione della scatola del Reformer usando un cacciavite come leva e un martello per aprire il coperchio.



Rimuoviamo la struttura e i componenti dalla scatola.



- 1 Tabella delle molle
- 2 Spallacci e picchetti
- 3 Scatola
- 4 Cinghia per i piedi
- 5 Doppie cinghie per mani e piedi
- 6 Gambe del Reformer
- 7 Piattaforma per i piedi
- 8 Battiscopa
- 9 Asta di rinvio



3



Per montare le gambe, svitate le gambe preinstallate sul Reformer. Posizionate le gambe senza ruote sulla parte della testata del Reformer.



4



Le fissiamo saldamente con le viti in dotazione.



5



Le gambe con le ruote devono essere posizionate sotto il Reformer, con le ruote rivolte verso l'esterno. Fissate le gambe allo stesso modo.



6

Posizionate gli spallacci sulla testata del carrello, scegliete la distanza desiderata tra le spalle e regolate i picchetti degli spallacci il più possibile.



7

Inseriamo le carrucole di rinvio e le fissiamo con le manopole di regolazione il più saldamente possibile.



8

Utilizziamo il sistema di corde retrattili per regolare facilmente la lunghezza desiderata della corda, poiché si avvolge automaticamente. Basta tirarla fuori e lasciarla alla lunghezza desiderata.



9

Inserire le corde nelle carrucole di rinvio facendo passare prima l'estremità libera attraverso la carrucola. Successivamente, la corda viene fatta passare attraverso le viti di regolazione previste per regolare la lunghezza della corda.





Per fissare le maniglie, facciamo un semplice nodo. Passiamo la maniglia attraverso una delle estremità della corda, poi la facciamo passare di nuovo attraverso l'altra estremità, ma questa volta dalla stessa maniglia.



Tirate la maniglia e la corda, e la maniglia sarà fissata.
Ripetete gli stessi passaggi con l'altra maniglia.
Usate le immagini per posizzarle correttamente.





11



Per posizionare il poggiaiedi, premete la linguetta di regolazione della posizione e portatelo nella posizione desiderata.



12



Fissate la barra con le viti di regolazione fornite, come mostrato nell'illustrazione.



13



Stringete le viti su entrambi i lati e posizionate all'altezza desiderata.



14



Fissate la cinghia per i piedi al punto di ancoraggio interno del Reformer.



11



Per posizionare il poggiapiedi, premere la linguetta di regolazione della posizione e portarlo nella posizione desiderata.



12



Fissate la barra con le viti di regolazione fornite, come mostrato nell'illustrazione.



13



Stringete le viti su entrambi i lati e posizionate lo all'altezza desiderata.



14



Fissate la cinghia per i piedi al punto di ancoraggio interno del Reformer.



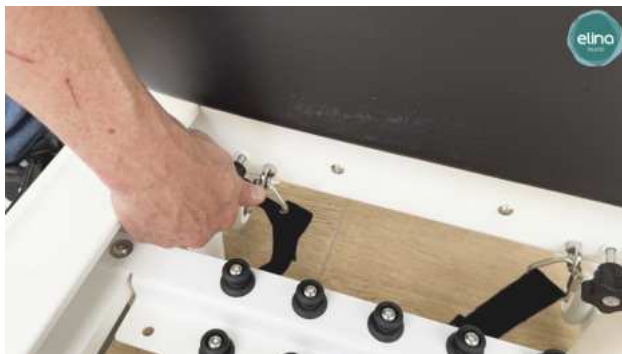
15



Ci assicuriamo che la cinghia per i piedi sia fissata saldamente.



16



Inserite la pedana nei fori indicati e fissarla saldamente con le manopole di regolazione per assicurarla correttamente.



17



Per una maggiore stabilità e sicurezza, solleviamo il poggiapiedi finché non tocca la pedana.



18



Il piolo viene inserito nello stesso foro della pedana e fissato con le manopole di regolazione.

Índice

Aviso Importante	52
O que o Reformer contém	53 - 54
Montagem do Reformer	54 - 60
Manutenção	60

Importante

Este manual contém instruções, informações de segurança e garantia.

Por favor, leia o manual antes de usar o seu Reformer e guarde-o para consultas futuras.

O não cumprimento das instruções e avisos de segurança pode resultar em ferimentos graves.

Atenção

Este Reformer foi projetado para uso em ambientes internos.

Tenha cuidado ao usar seu Reformer, especialmente se seus exercícios forem baseados na resistência das molas.

Se você for um usuário inexperiente ou estiver usando pela primeira vez, utilize o Reformer sob a supervisão de um profissional. Certifique-se de que seus clientes ou pacientes estejam devidamente instruídos antes de usar o Reformer



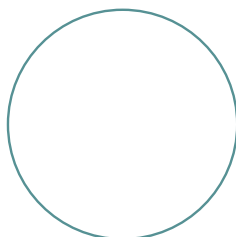
O USO INCORRETO DO REFORMER PODE CAUSAR FERIMENTOS GRAVES.
PARA REDUZIR O RISCO:

- Consulte um médico antes de qualquer exercício.
- Interrompa imediatamente o treino se sentir dor no peito, fraqueza, falta de ar ou desconforto.
- Leia e siga as instruções de segurança neste manual antes de usar o aparelho e realize seus exercícios sob a supervisão de um profissional..
- Use o aparelho apenas para os exercícios previstos.
- Não use o aparelho se estiver desgastado, quebrado ou danificado.
- Não tente reparar o equipamento por conta própria sem antes contactar a Elina Pilates.
- Certifique-se de que as molas estejam totalmente encaixadas em ambas as extremidades. Se uma mola estiver apenas parcialmente encaixada, existe o risco de ela se soltar e saltar com grande força.
- Ao usar a barra deslizante com as molas, um profissional treinado deve sempre manter uma mão na barra deslizante.
- Mantenha o corpo, roupas e cabelos livres de molas que possam prender-se neles.
- Certifique-se de que o equipamento esteja ajustado corretamente para o seu tamanho e habilidade.
- Para um desempenho ideal, deixe pelo menos 60 cm de espaço em cada lado do Reformer..
- Antes de mover o Reformer, certifique-se de que as cordas não estejam schleifen, dass die Federn befestigt sind und der Wagen sicher steht.
- O Reformer deve ser usado por uma única pessoa com peso máximo de 159 kg.
- Não permita que crianças usem o Reformer sem a supervisão de um adulto ou fiquem próximas a ele.
- Este equipamento deve ser colocado sobre uma superfície plana e estável.

— O Reformer Nubium inclui:



- Reformer Nubium; estrutura + sistema de deslizamento.
- Sistema automático de ajuste retrátil das cordas.
- Almofadas de ombro removíveis e ajustáveis.
- Apoio de cabeça ajustável em 3 posições.
- Plataforma de salto e caixa média.
- 1 conjunto de cabos de polia.
- 1 cinta para os pés ajustável..
- Molas: 1 leve (amarela), 2 médias (verdes) e 2 fortes (vermelhas).
- Freio do carrinho com 3 posições.
- Apoio para os pés acolchoado com liberação rápida e 7 posições de ajuste rápido
- 1 conjunto de alças para mãos e pés com duplas alças.
- Barra fixa para molas com 2 posições.





— Montagem do Reformer



Abrimos os fechos de segurança da embalagem da caixa do Reformer com uma chave de fenda como alavanca e um martelo para abrir a tampa.



Retiramos a estrutura e os componentes da caixa.



- 1 Plataforma de salto.
- 2 Almofadas de ombro e pinos.
- 3 Caixa.
- 4 Alça para os pés
- 5 Alças duplas para mãos e pés.
- 6 Pernas do Reformer.
- 7 Plataforma para os pés.
- 8 Barra para os pés
- 9 Barra de desvio



3



Para montar as pernas, desparafuse as pernas pré-instaladas no Reformer.
Coloque as pernas sem rodas na parte da cabeça do Reformer.



4



Fixamos-nas firmemente com os parafusos fornecidos.



5



As pernas com rodas são colocadas na parte inferior do Reformer, com as rodas voltadas para fora.
Fixe as pernas da mesma maneira



6



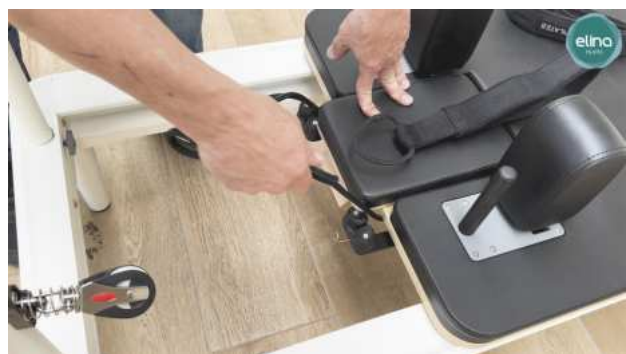
Coloque as almofadas de ombro na parte da cabeça do carrinho, escolha a distância desejada para os ombros e ajuste os pinos das almofadas o máximo possível.



7



Inserimos as polias de desvio e as fixamos o mais firmemente possível com os parafusos de ajuste.



8



Usamos o sistema retrátil de corda para ajustar facilmente o comprimento desejado da corda, pois ela enrola automaticamente. Basta puxá-la e deixá-la na medida desejada.



9



Passe as cordas pelas polias de desvio, introduzindo primeiro a extremidade livre pela polia. Em seguida, passe a corda pelos parafusos de ajuste designados para regular o comprimento da corda.



Para prender as alças, fazemos um nó simples. Passamos a alça por uma das extremidades da corda, e depois passamos a alça pela outra extremidade novamente, mas desta vez pelo mesmo lado da alça.



Puxe a alça e a corda, e a alça estará fixada. Repita os mesmos passos com a outra alça. Use as imagens para posicioná-las corretamente.





11



12



13



14



Para posicionar o suporte para os pés, pressione a aba de ajuste de posição e coloque-o na posição desejada.

Fixe a barra com os parafusos de ajuste fornecidos, conforme mostrado na ilustração.

Aperte os parafusos de ambos os lados e posicione-o na altura desejada.

Fixe a cinta para os pés no ponto de fixação interno do Reformer.



11



12



13



14



Para posicionar o suporte para os pés,
pressione a aba de ajuste de posição e coloque-o na posição desejada.

Fixe a barra com os parafusos de ajuste fornecidos, conforme mostrado na ilustração.

Aperte os parafusos de ambos os lados e posicione-o na altura desejada.

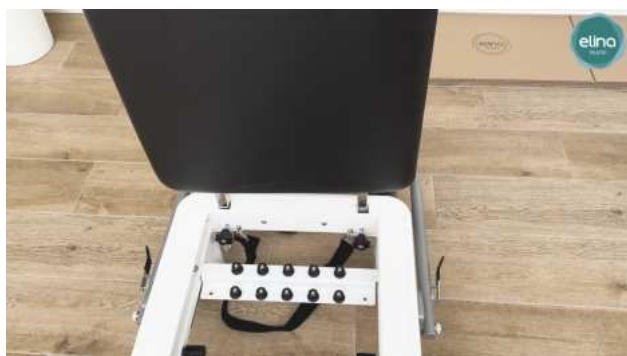
Prenda a cinta para os pés no ponto de fixação interno do Reformer.



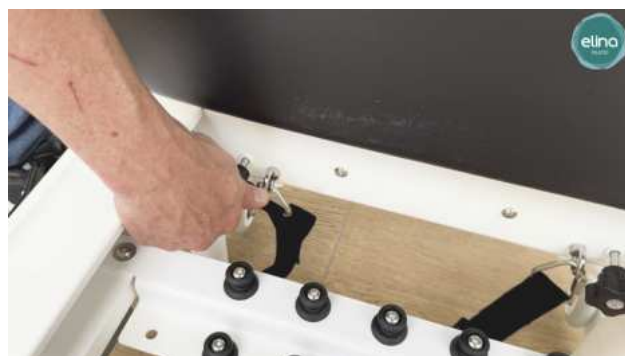
15



Certifique-se de que a cinta para os pés está firmemente presa.



16



Insira a plataforma de salto nos orifícios indicados e aperte-a com os discos de ajuste para fixá-la corretamente.



17



Para maior suporte e segurança, levantamos o suporte para os pés até que ele toque na plataforma de salto.



18



A plataforma de apoio é inserida no mesmo orifício que a plataforma de salto e fixada com os discos de ajuste.