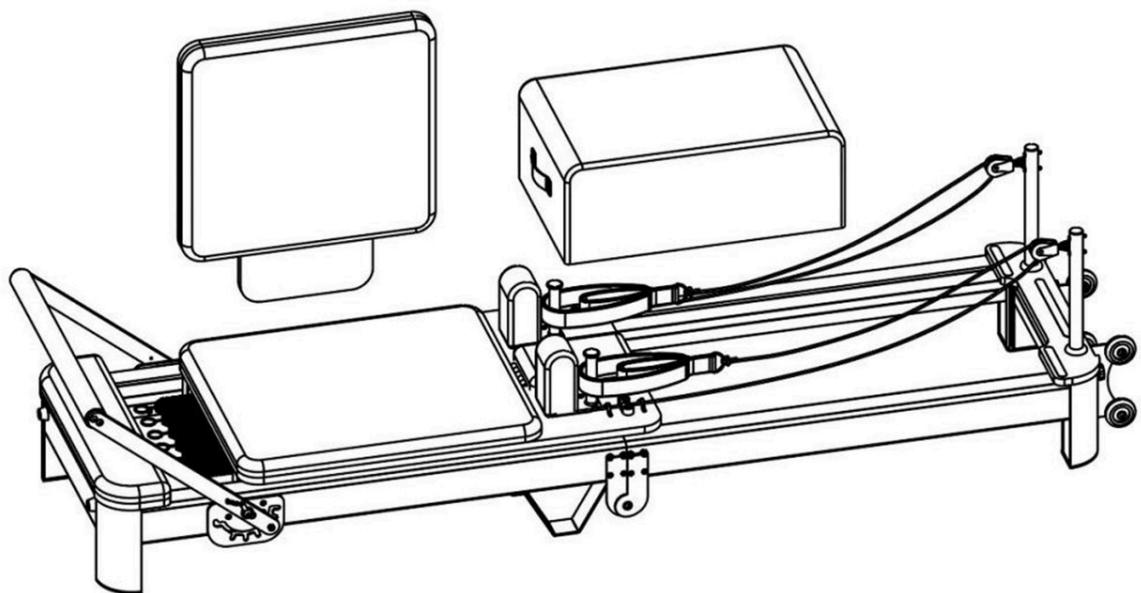


MANUAL DE USUARIO

IRONSIDE®



Reformer de Pilates

Plegable IRONSIDE

A072000001001

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

IRONSIDE®

Es responsabilidad exclusiva del comprador leer el manual del propietario, las etiquetas de advertencia y dar instrucciones a todas las personas sobre el uso adecuado del equipo. Es importante comprender cada advertencia en su totalidad. Se recomienda que todos los usuarios estén informados sobre la siguiente información antes de utilizar el equipo.

ADVERTENCIAS DE SALUD

- Antes de comenzar cualquier programa de ejercicio o acondicionamiento, debes consultar con tu médico personal para determinar si necesitas un examen físico completo. Esto es especialmente importante si eres inactivo, estás embarazada o padeces alguna enfermedad.
- Si en algún momento durante el ejercicio te sientes débil, mareado o experimentas dolor, detén el ejercicio de inmediato y consulta a tu médico.
- Para evitar dolores musculares y tensiones, inicia cada entrenamiento con estiramientos y calentamientos, y finaliza cada sesión enfriándote y realizando estiramientos.

INSTALACIÓN

Se recomienda que todo el equipo:

- Esté asegurado o instalado sobre una superficie sólida y nivelada para estabilizarlo y eliminar movimientos o vuelcos durante el entrenamiento.
- Se instale en un lugar con ventilación suficiente para garantizar un funcionamiento adecuado.
- Se coloque con un espacio suficiente a su alrededor para que todos los ejercicios puedan realizarse de manera segura.
- Se recomienda que haya al menos 1 metro de espacio alrededor del equipo en las áreas donde se requiera acceso para ejercitarse.

USO ADECUADO

Antes de usar este equipo, por favor, lee las siguientes instrucciones de seguridad y cúmplelas. ¡Gracias!

- Ensambla el equipo siguiendo las instrucciones de montaje.
- Ten cuidado y utiliza herramientas adecuadas para el ensamblaje. Pide ayuda si encuentras algún problema.
- No uses limpiadores corrosivos para limpiarlo.
- Usa ropa y calzado adecuado para el ejercicio a fin de evitar accidentes.
- Si detectas daños en piezas pequeñas, deja de usar el equipo de inmediato y contacta con la empresa o agencia donde lo compraste para realizar el cambio. Instala las nuevas piezas correctamente y asegúrate de que las uniones y partes móviles estén bien ajustadas para evitar peligros durante su uso.
- Los padres u otros adultos supervisores deben vigilar de cerca a los niños si el equipo se usa en su presencia.

POWERFUL
GLAMOROUS
SMART
DURABLE

IRONSIDE®

FITNESS
EQUIPMENT
SPECIALISTS

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

IRONSIDE®

INSPECCIÓN

- No utilices ni permitas el uso de ningún equipo que esté dañado o tenga piezas desgastadas o rotas. Para todos los equipos de Ironside, usa únicamente piezas de repuesto suministradas por Ironside.
- Asegúrate siempre de que todas las tuercas y tornillos estén bien ajustados antes de cada uso.
- Conserva las etiquetas y placas de identificación; no las retires por ninguna razón, ya que contienen información importante.
- Mantenimiento del equipo: el mantenimiento preventivo es clave para el funcionamiento óptimo del equipo. Asegúrate de seguir nuestros consejos de mantenimiento para garantizar el correcto funcionamiento continuo de tu equipo Ironside.
- Antes de cada uso, examina todos los accesorios aprobados para su uso con el equipo Ironside en busca de daños o desgaste.
- Si tu equipo Ironside parece dañado o desgastado, no intentes usarlo ni repararlo por tu cuenta.

ADVERTENCIA DE USO

- Es responsabilidad del comprador instruir a todos los usuarios sobre los procedimientos correctos de operación de todo el equipo Ironside.
- Mantén a los niños alejados de todas las partes móviles. Los padres deben supervisar de cerca a los niños si el equipo se utiliza en su presencia.
- No uses ropa suelta ni joyas al utilizar el equipo. También se recomienda que los usuarios recojan el cabello largo para evitar el contacto con las partes móviles.
- Asegúrate de que cualquier persona que no esté utilizando el equipo se mantenga alejada del usuario, los accesorios y las partes móviles mientras la máquina esté en funcionamiento.

CONSERVA ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES PARA USO Y REFERENCIA FUTUROS.

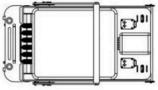
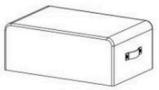
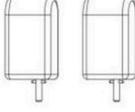
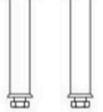
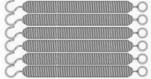
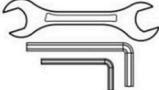
POWERFUL
GLAMOROUS
SMART
DURABLE

IRONSIDE®

FITNESS
EQUIPMENT
SPECIALISTS

LISTA DE PIEZAS

IRONSIDE®

1# Marco de reformador plegable 1 Pieza 	2# Tabla de salto 1 Pieza 	3# Caja cuadrada 1 Pieza 	4# Varilla de polea 2 Piezas 
5# Pedal 1 Pieza 	6# Bloqueo de hombro 2 Piezas 	7# Manejar 2 Piezas 	8# Correa para el pie 1 Pieza 
9# Conjunto de cordón 2 Piezas 	10# Ballestas 6 Piezas 	10# Kit de herramientas 1 Pieza 	

PRECAUCIÓN

1. Antes de ensamblar y utilizar el Reformer de Pilates, lea atentamente todas las instrucciones. Solo una correcta instalación, mantenimiento y utilización del equipo garantizan un entrenamiento seguro y efectivo.
2. Es fundamental comprender completamente las indicaciones de montaje, uso y mantenimiento antes de poner en funcionamiento el reformer.
3. Realice siempre un calentamiento y estiramiento adecuados antes de cada sesión.
4. El uso incorrecto del Reformer de Pilates puede afectar su salud. Si experimenta molestias, detenga el ejercicio de inmediato y consulte a un profesional de la salud.
5. Mantenga a los niños y a las mascotas alejados del reformer. Este equipo está diseñado exclusivamente para uso de adultos.
6. Coloque el reformer sobre una superficie plana y estable. Utilice una capa protectora si es necesario para evitar daños en el suelo.
7. Tenga cuidado de no pillarse los dedos al desplegar o plegar el equipo.
8. Después del montaje, verifique nuevamente que todos los pernos y tuercas estén correctamente ajustados antes de su uso.
9. Realice revisiones y mantenimiento periódicos de las piezas que puedan desgastarse con mayor facilidad.
10. Si detecta piezas defectuosas o ruidos inusuales durante el uso, suspenda inmediatamente la operación y asegúrese de que el problema haya sido resuelto antes de continuar.
11. Evite utilizar ropa suelta durante el entrenamiento, ya que podría engancharse y generar riesgos de seguridad.
12. Este Reformer de Pilates es apto únicamente para uso doméstico. El peso máximo del usuario es de 400 lb.
13. Este equipo no está diseñado para ser utilizado como dispositivo médico.
14. Preste especial atención a la seguridad al levantar o mover el reformer.
15. Durante el uso, los dispositivos de ajuste deben mantenerse dentro de las posiciones diseñadas.
16. El sistema de frenado del reformer no depende de la velocidad.
17. Coloque el equipo sobre una superficie plana. Se recomienda dejar un espacio libre de aproximadamente 50 cm en la parte frontal y posterior, y 50 cm a cada lado. No lo utilice sobre superficies irregulares, en ambientes húmedos o mojados, al aire libre ni en espacios cerrados sin ventilación.
18. Conserve este manual en un lugar adecuado para futuras consultas.

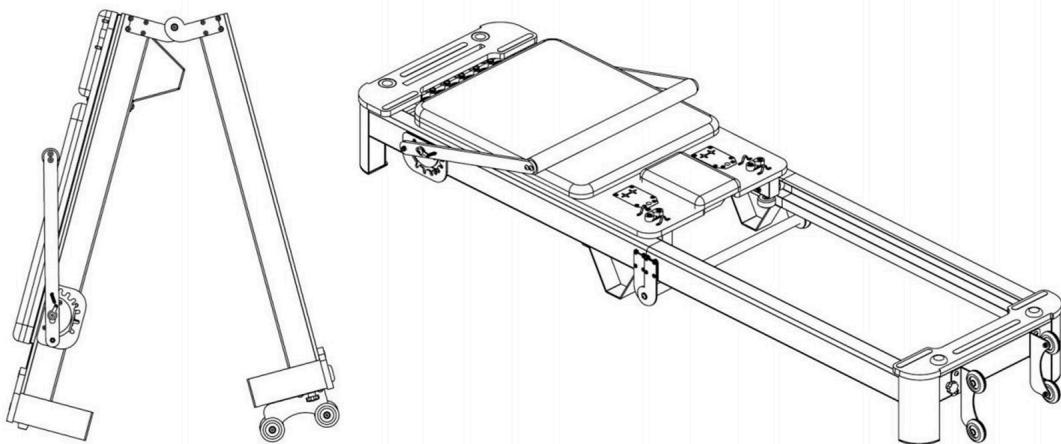
GUÍA DE ARMADO

IRONSIDE®

PASO 01

Retire el Reformer de Pilates del embalaje, sujeté el asa central y despliegue el equipo lentamente.

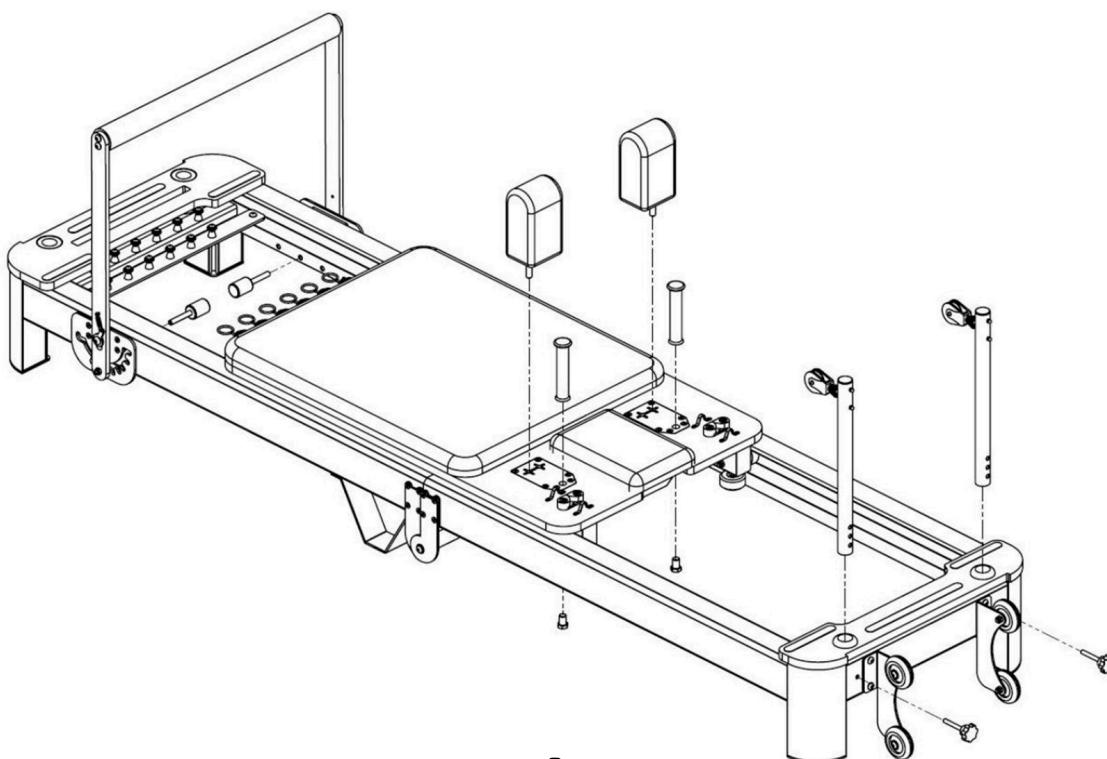
Nota: Tenga cuidado de no pillar las manos durante el despliegue. Para encender, levantar y desplegar la unidad principal se requieren dos personas.



PASO 02

Instale las varillas de la polea: fije las dos varillas utilizando dos tornillos de cabeza estrella, según se indica en la figura. A continuación, instale dos reposabrazos y dos mangos, y ajuste su posición de acuerdo con el ancho del entrenamiento del usuario.

Al mismo tiempo, instale los limitadores en la posición indicada en la figura y cuelgue un resorte para evitar que el tablero del carro se deslice accidentalmente durante el proceso de instalación y provoque lesiones.

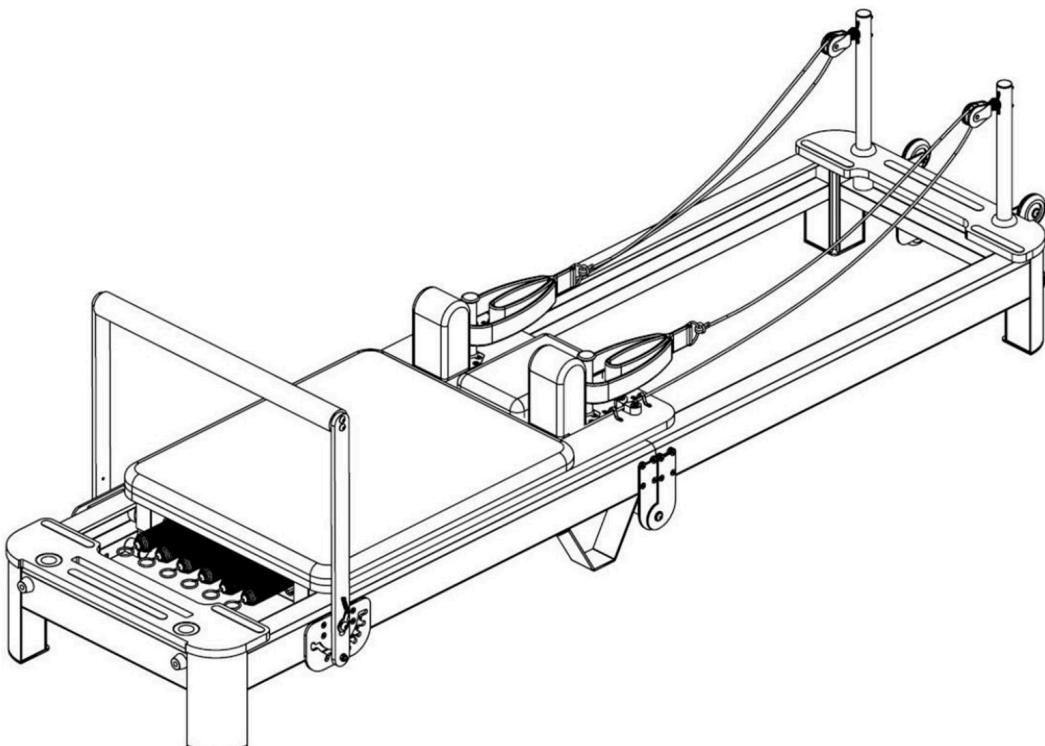


GUÍA DE ARMADO

IRONSIDE®

PASO 03

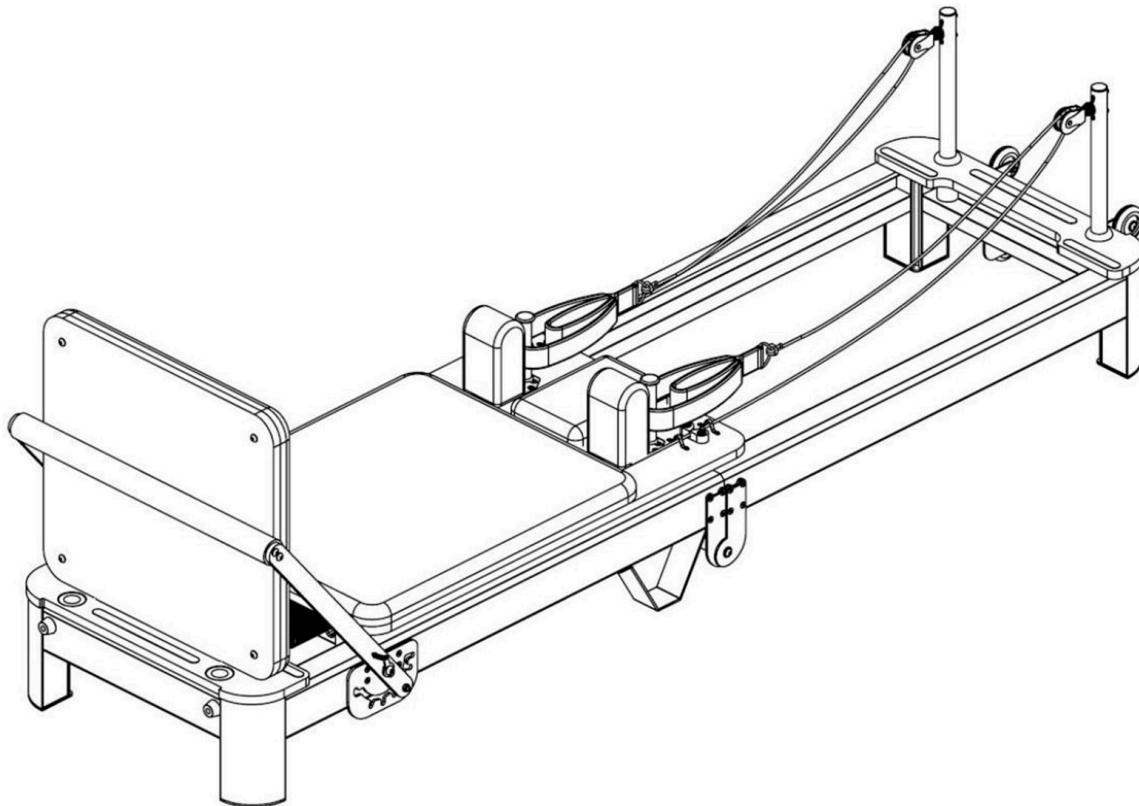
Instale el conjunto de cuerdas: ensamble el asa tejida con la cuerda. Pase un extremo de la cuerda por la polea y tire de ella hacia atrás hasta la hebilla de bloqueo unidireccional ubicada en el asiento deslizante; luego, pásela por el orificio correspondiente. Asegúrese de que la longitud de los lados izquierdo y derecho sea la misma. La longitud de la cuerda principal puede ajustarse libremente según las necesidades del usuario. Cuelgue la correa en la hebilla de la cuerda principal, tal como se muestra en la figura.



PASO 04

Selección de accesorios: puede elegir entre el pedal o la tabla de salto, según el tipo de ejercicio a realizar.

Nota: para utilizar la tabla de salto, simplemente insértela en la ranura correspondiente, como se indica en la imagen. Cuando no estén en uso, guarde los accesorios correctamente.

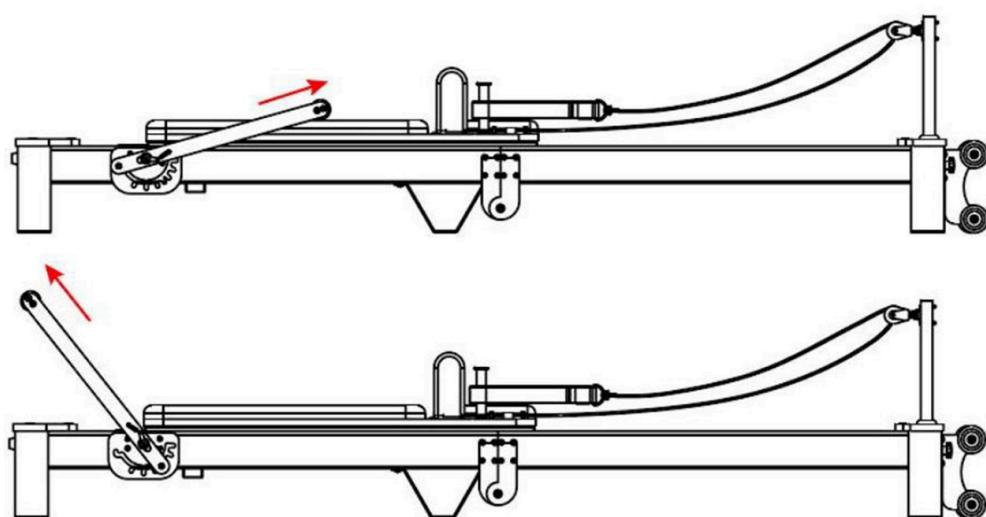


MANUAL DEL USUARIO

1. Ajuste del ángulo:

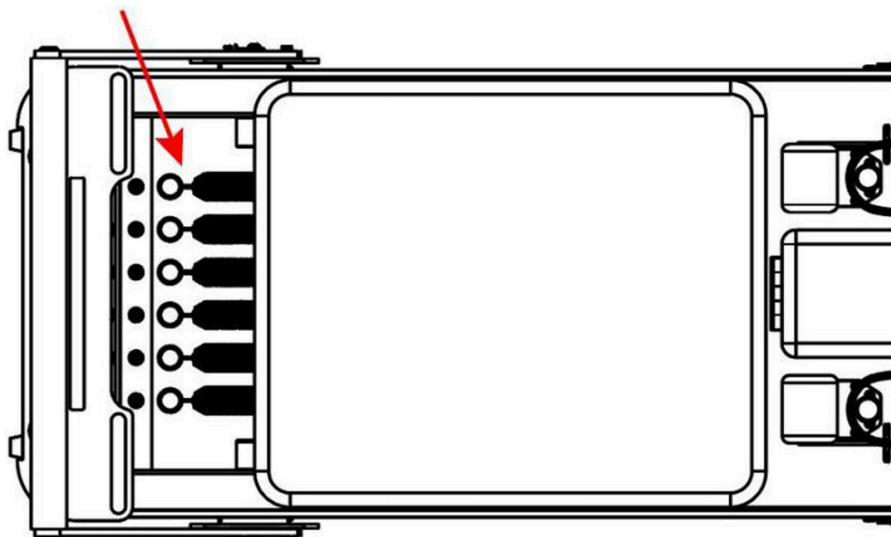
Levante el pasamanos de la barra horizontal y ajústelo al ángulo deseado, asegurándose de que el perno de fijación encaje correctamente en la ranura del disco de ajuste.

Nota: antes de realizar cualquier ajuste, el perno de fijación debe estar correctamente colocado en la ranura del engranaje.



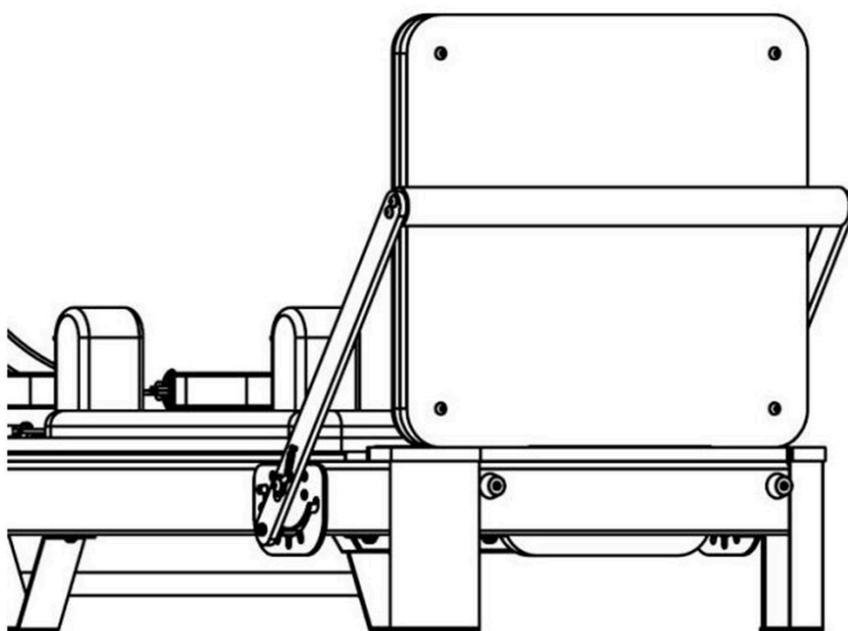
2. Ajuste de resistencia:

La cantidad de resortes determina la fuerza de tracción. Seleccione el número de resortes según sus necesidades de entrenamiento. Respete el orden de colocación y no cuelgue los resortes de forma cruzada.



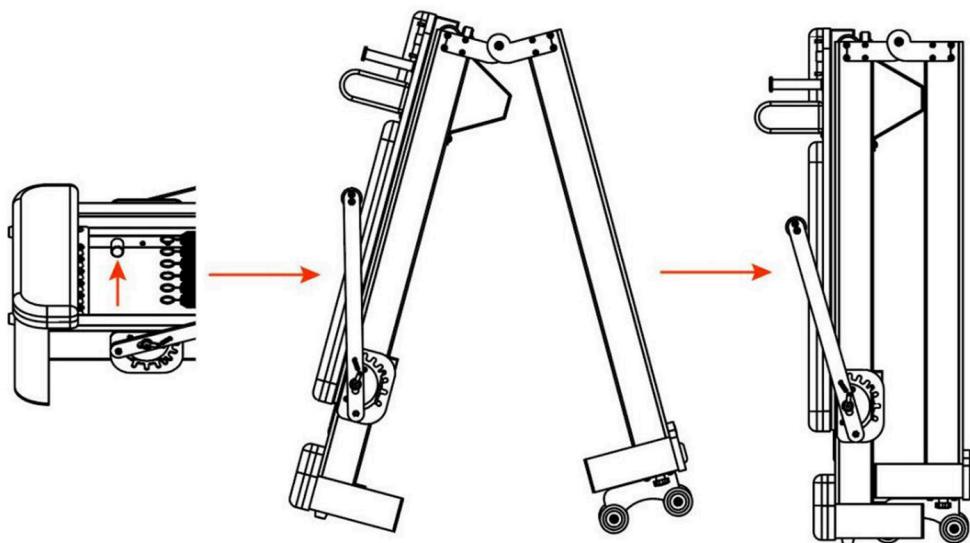
3. Uso de la tabla de salto:

Si va a utilizar la tabla de salto, coloque la barra de pies en la parte posterior de la tabla para que actúe como soporte.



MÉTODO DE PLEGADO

1. Ajuste los limitadores en la primera posición.
2. Antes de plegar el equipo, asegúrese de que la barra de pies esté empujando el tablero del carro.
3. Colóquese en el centro del reformer y levante suavemente el mango hasta que el equipo quede en posición vertical.



MANTENIMIENTO

Mantenimiento y cuidado de piezas de desgaste

1. Riel deslizante / asiento deslizante: Antes de cada uso, verifique que no haya residuos en el riel deslizante y límpielo regularmente. Revise periódicamente la polea del asiento, la rueda limitadora y el riel deslizante ubicado en la parte inferior del carro para detectar daños o grietas.
 - El usuario debe comprobar de forma periódica que todos los tornillos estén correctamente ajustados.
2. Correas y cuerdas: Antes de cada uso, inspeccione la superficie de las correas para comprobar que no presenten roturas.
 - Advertencia: si detecta cualquier daño, deje de utilizar el equipo inmediatamente y contacte al servicio posventa hasta que sea reparado. Las cuerdas son piezas consumibles y pueden desgastarse con el uso prolongado; si es necesario, deben reemplazarse de manera periódica.
3. Superficies de cuero: Para la limpieza diaria, límpie la superficie con un paño húmedo o utilice un limpiador profesional para cuero.

CONDICIONES DE USO

- Ámbito de aplicación: este producto es exclusivamente para uso en interiores.
- Para evitar daños, manténgalo alejado de ambientes húmedos y de fuentes de alta temperatura.
- Capacidad máxima de carga: 400 lb (aprox. 181 kg).

SISTEMA DE FRENADO

Este producto cuenta con resistencia unidireccional y velocidad variable continua.

Cuanto mayor sea la fuerza de tracción, mayor será la resistencia. Durante el retorno, la resistencia disminuye.

Al finalizar el estiramiento, la velocidad se reduce gradualmente hasta detenerse por completo, quedando la resistencia en nivel cero.

INSTRUCCIONES DE COLOCACIÓN SEGURA

Coloque el reformer sobre una superficie plana y estable.

Se recomienda dejar un espacio libre de aproximadamente 50 cm en la parte frontal, posterior, izquierda y derecha del equipo.

No lo coloque sobre superficies irregulares, en lugares húmedos o mojados, al aire libre ni en espacios cerrados sin ventilación adecuada.

GARANTÍA

Para acceder al cambio o reparación establecida por la Garantía IRONSIDE por 12 meses, debes seguir estos pasos:

1. Ingreso del Ticket

- Si el producto presenta defectos, faltantes de piezas o no es apto para el uso, envía un correo con fotos y/o videos que evidencien la falla junto con tu número de pedido al mail de servicio al cliente del país en el que hiciste la compra (Argentina, Chile, EEUU o México). Nuestro equipo revisará tu caso y te dará una respuesta dentro de un plazo máximo de 3 días hábiles.

1. Soluciones

- Cambio: Si el producto tiene problemas de fábrica o faltan piezas esenciales, se realizará el cambio o envío de las piezas faltantes en un plazo de 3 a 5 días hábiles.
- Reparación: Si la falla corresponde a una pieza que puede ser reemplazada sin afectar el funcionamiento o la estética, se reparará y se despachará en 5 a 8 días hábiles.

1. Exclusiones de Garantía

- La garantía no cubre productos mal ensamblados, alterados, dañados por uso indebido o que hayan sufrido desgaste normal.

Nota: Los pedidos realizados antes del 15 de abril de 2024 tienen una garantía de 6 meses.

POWERFUL
GLAMOROUS
SMART
DURABLE

IRONSIDE®

FITNESS
EQUIPMENT
SPECIALISTS