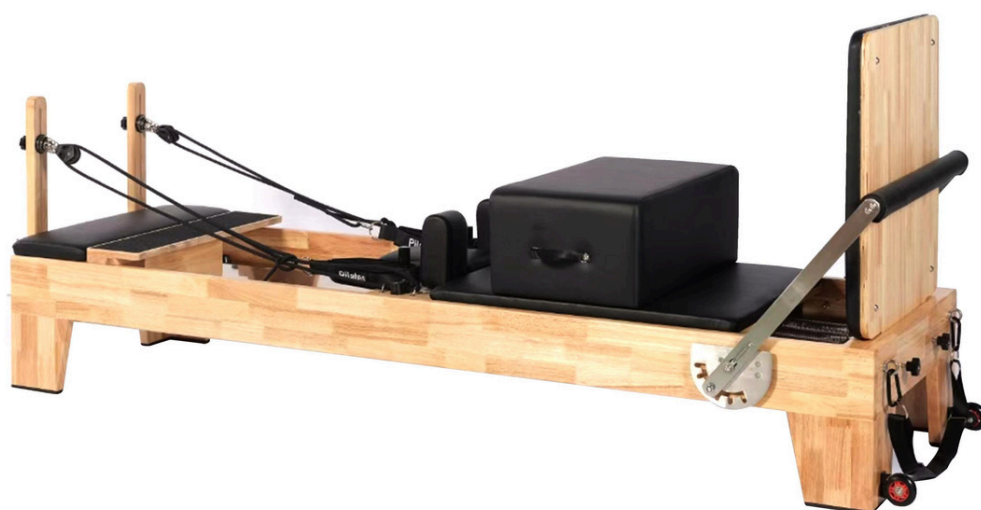


# IRONSIDE®



**Reformer Pilates**

**Madera OAK IRONSIDE**

**A072001001001**

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.

## 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.

## ADVERTENCIAS 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.

DECLARACIÓN DE USO PREVISTO

El dispositivo Oak Reformer está diseñado por el fabricante para su uso con fines de fisioterapia, rehabilitación, prevención, tratamiento y alivio de lesiones, terapia funcional de apoyo para discapacidades o para el fortalecimiento y la mejora de la movilidad del cuerpo.

En caso de lesión durante su uso, informe al fabricante y a la autoridad competente del Estado miembro donde resida el usuario o paciente.

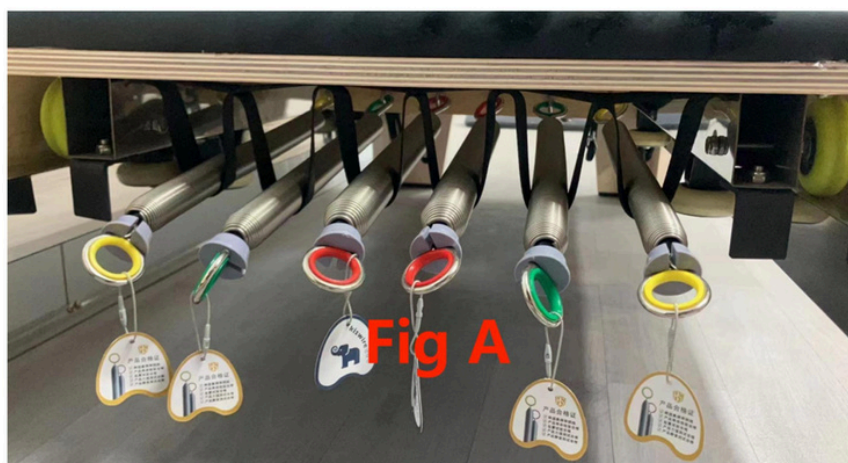
DESCRIPCIÓN	NÚMERO DE PIEZA	CANTIDAD
IRONSIDE OAK PRO Wooden Pilates Reformer		1
Manantiales rojos	SPR01	2
Primavera verde	SPR02	2
Primavera amarilla	SPR03	2
Bucles de algodón (par)	CORREAS-1	1
Asas de neopreno (par)	CORREAS-2	1
Cuerdas (par)	CUERDA-1	1
Tope de extensión del carro	1	1
Caja para sentarse	2	1
Elevadores de madera (par)	3-0	1
Pernos elevadores	3-1	4
Conjunto de poleas (par)	3-2	1
Kit de apoyo para hombros con bloqueo giratorio	4-1	1

## INSTALAR EL CARRO

1. Dé la vuelta al carrito y limpie las ruedas y toda la superficie de los rieles del interior del armazón.
2. Coloque el carrito con cuidado en el armazón con el reposacabezas orientado en dirección contraria a la barra de pies.

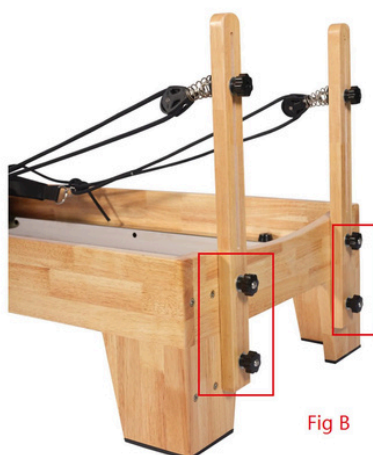
## FIJE LOS MUELLES A LA PARTE INFERIOR DEL CARRO

1. Localice el soporte con cinco cáncamos fijado debajo del carro.
2. Enganche los resortes en los cáncamos. La abertura del gancho debe estar hacia abajo. Los cuerpos de los resortes deben descansar sobre la correa de soporte [Fig. A].



## INSTALE LAS CONTRAHUELLAS DE MADERA ESTÁNDAR

1. Los bloques elevadores ajustables incluyen cuatro tornillos y una llave Allen en el paquete de herrajes. Instale los bloques elevadores en el exterior del marco, en el cabecero. Las ranuras largas de los elevadores van hacia arriba, con los bordes completamente redondeados hacia afuera, como se muestra en la Figura B.



Comience a enroscar ambos tornillos a mano en un bloque de la contrahuella antes de apretarlos. Cuando ambos tornillos estén bien apretados, apriételos con la llave Allen. Repita el proceso con la otra contrahuella.

## **FIJE LAS POLEAS A LOS ELEVADORES DE MADERA**

1. El paquete de herrajes incluye perillas negras.

- Desatornille las perillas negras y retírelas.
- Retire una de las arandelas grandes del perno expuesto de una polea e instale el perno a través de la ranura de un elevador.
- Vuelva a colocar la arandela en el perno en la parte trasera del elevador y coloque la perilla negra.
- Haga esto en ambos elevadores, asegurándose de que las poleas estén orientadas hacia el carro [consulte la Figura C para la orientación correcta].

Suba y baje las poleas aflojando la perilla negra y deslizando la polea hacia arriba o hacia abajo en la ranura; luego, apriete la perilla negra. Tenga cuidado de no apretar demasiado la perilla.



## FIJAR LAS CUERDAS

1. Para sujetar las cuerdas, primero conecte al menos un resorte del carro a la barra de resorte para mantenerlo en su lugar.
2. Desenrolle y separe las cuerdas.
  - Sujete un lazo de algodón al extremo de cada cuerda y cuélguelo en los reposapiés (Figura D).
  - Pase el otro extremo de cada cuerda por una polea y vuelva a introducirlo en las abrazaderas del carro para ajustar la longitud.
  - Asegúrese de pasarlo por las correas cromadas a ambos lados de las abrazaderas.
  - Siempre empuje la cuerda firmemente y ate los extremos sobrantes con una atadura, como se muestra en la Figura D.



## INSTALAR LOS APOYAHOMBROS

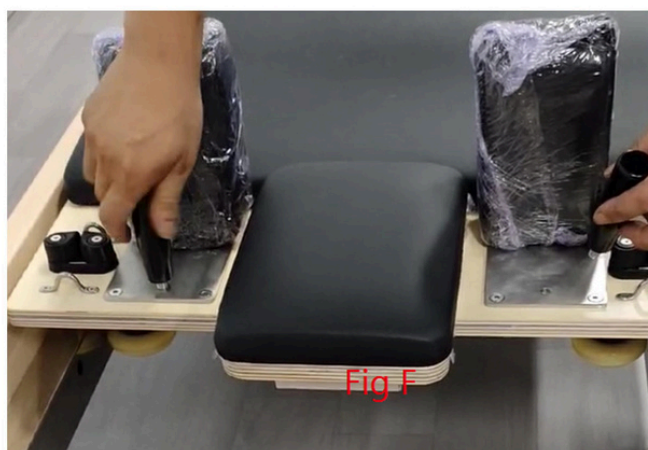
1. Hay dos orificios para los eslabones de los hombros a cada lado del reposabrazos, que se pueden instalar en diferentes orificios según la situación del entrenador. Cada reposabrazos está conectado mediante una perilla negra; simplemente apriétela.





## INSTALE LOS POSTES DE HOMBRO DE BLOQUEO

1. Atornille los postes de bloqueo de los hombros en el perno expuesto de cada reposabrazos. Gire los postes en sentido horario para apretarlos y fijar los reposabrazos en su posición. Vea la Figura F. Apretar demasiado los postes dificultará su extracción. Deben quedar ajustados, pero no demasiado.
2. Para retirar los reposabrazos, gire el poste en sentido antihorario una o dos vueltas y deslícelos suavemente hacia el carro. Luego, levántelos y extraígalos.



## AJUSTE LA BARRA DE PIES

La barra de pies de este reformador se ajusta fácilmente y el usuario puede ajustar rápidamente su ángulo según su situación. La placa de apoyo de la barra de pies cuenta con 7 engranajes.

- Al ajustar el engranaje, asegúrese de que la barra de pies no esté obstruida. Luego, levántela con ambas manos para que el eje de límite de engranaje salga de la ranura.
- A continuación, ajuste el ángulo y mueva suavemente el engranaje hasta que el eje de límite de posición encaje en la nueva ranura.

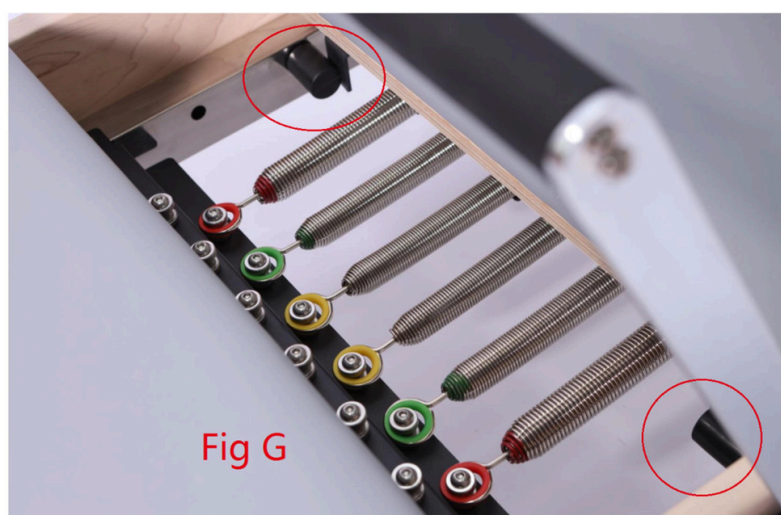




## TOPE DE EXTENSIÓN DEL CARRO

El tope de extensión del carro se inserta en el riel metálico del marco para reducir la distancia que este puede recorrer desde su punto de apoyo en el extremo de los pies.

Se utiliza comúnmente para clientes con movilidad reducida o para evitar que el carro se desplace demasiado por cualquier motivo. Véase la Figura G.



## CAMBIAR PIEZA ADICIONAL DIFERENTE

Los usuarios finales pueden reemplazar la plataforma de pie esmerilada, el tablero de salto insertado y el tablero de salto suave según su situación real.



## **TOPE DE EXTENSIÓN DEL CARRO**

### **Limpieza**

- Limpie todas las partes en contacto con la piel después de cada uso, incluyendo el carro, los reposapiés, el reposacabezas y el reposapiés.
- Use una solución de agua y jabón suave. Séquelas bien.
- Nuestra tapicería cuenta con protección antimicrobiana/antibacteriana integrada.
- Para suciedad ligera, use una solución de jabón lavavajillas líquido doméstico al 10% con agua tibia y un paño suave y húmedo.
- Las ruedas y las orugas deben limpiarse regularmente con un paño ligeramente húmedo para asegurar un desplazamiento suave y silencioso del carro.
- Lave las correas de las manos y los pies con regularidad. Colóquelas en una funda de almohada, lávelas en ciclo delicado y séquelas al aire.

## **ADVERTENCIA**

Esta máquina es potencialmente peligrosa y Pilates no se responsabiliza por su uso o mal uso.

Si no conoce completamente las normas de seguridad y el uso de esta máquina, no la utilice.

Úsela únicamente bajo la supervisión de un instructor cualificado.

# 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