THE VIRTÙ LINE

THE VIRTÙ LINE

Bedienungsanleitung

Mittlere Pilates-Geräte

Spine Corrector · Arc · Sitting Box · Wedge · Ladder Barrel

Produktlinie:	The Virtù Line
Geltungsbereich:	Alle Modelle der mittleren Pilates-Gerätelinie (Spine Corrector, Arc, Sitting Box, Wedge, Ladder Barrel)
Modell, Seriennummer, Belastungsklasse:	siehe Aufkleber am Gerät
Version / Stand:	Rev. 1.3 · August 2026
Hersteller / Inverkehrbringer in der EU:	Bodyfit Handels KG · Wiener Straße 190 · 4020 Linz · Austria
Kontakt:	+43 5356 90990 · info@bodyfit-shop.at · www.virtu-line.com
Konformität:	GPSR (EU) 2023/988 · Prüfmaßstab EN ISO 20957-1 · rein muskelbetrieben — keine CE-Kennzeichnung erforderlich. Eine GPSR-Konformitätserklärung wird auf Anfrage kostenlos bereitgestellt.

ORIGINALBETRIEBSANLEITUNG

Inhalt

1 · Einleitung und Hinweise zu diesem Dokument **S. 5**

2 · Sicherheits-Piktogramme **S. 4**

3 · Bestimmungsgemäße Verwendung **S. 7**

4 · Vernünftigerweise vorhersehbare Fehlanwendung & Restrisiken **S. 8**

5 · Sicherheitshinweise **S. 9**

6 · Geräteübersicht (5 Modelle) **S. 12**

7 · Lieferumfang **S. 14**

8 · Technische Daten **S. 15**

9 · Auspacken, Aufstellen und Inbetriebnahme **S. 16**

10 · Bedienung & Trainingshinweise **S. 18**

11 · Wartung, Pflege und Reinigung **S. 21**

12 · Fehlerbehebung **S. 23**

13 · Transport und Lagerung **S. 24**

14 · Entsorgung **S. 25**

15 · Konformität (GPSR) **S. 26**

16 · Garantie **S. 27**

17 · Häufige Fragen (FAQ) **S. 28**

18 · Hersteller- und Kontaktinformationen **S. 29**

Sicherheits-Piktogramme — Übersicht

Folgende Symbole werden in dieser Anleitung sowie auf dem Gerät verwendet. Sie entsprechen den Normen **ISO 7010** und **EN ISO 20957**. Die Symbole sind verbindlich zu beachten.

W001 — Allgemeines Warnzeichen
Weist auf eine Gefahr hin.
Sicherheitshinweis lesen.

M002 — Anleitung lesen
Bedienungsanleitung vor Gebrauch vollständig lesen.

W007 — Stolper- / Sturzgefahr
Gleichgewichtsverlust und Sturz möglich.

W024 — Quetschgefahr Hände
Bei Verstellungen Finger fern halten.

P027 — Kinder fernhalten
Zutritt für Kinder ohne Aufsicht verboten.

Max. 1 Person
Das Gerät ist für eine Person gleichzeitig vorgesehen.

Max. Benutzergewicht
Wert siehe Aufkleber am Gerät.

Nur Innenräume
Verwendung ausschließlich in trockenen Innenräumen.

1 · Einleitung und Hinweise zu diesem Dokument

Diese Originalbetriebsanleitung enthält alle Informationen, die für eine sichere Aufstellung, Inbetriebnahme, Bedienung, Wartung und Entsorgung der Geräte erforderlich sind. Sie ist Bestandteil des Produktes und wird Ihnen vor oder mit der Auslieferung in **elektronischer oder gedruckter Form** bereitgestellt. Auf Anfrage wird Ihnen kostenlos eine gedruckte Fassung zugesandt.

> **Vor Verwendung lesen**
> Lesen Sie diese Anleitung vor jeglicher Verwendung des Geräts vollständig. Bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen am Gerät auf und geben Sie sie bei Weiterverkauf, Vermietung oder Übergabe an Dritte mit.

1.1 Geltungsbereich

Dieses Dokument gilt **modellübergreifend** für alle mittleren Pilates-Geräte der Produktlinie The Virtù Line:

- **Spine Corrector** — geschwungenes Holz-Polsterelement zur Wirbelsäulenmobilisation;
- **Arc** — flacher Bogen, einsetzbar als eigenständiges Gerät oder in Kombination mit dem Reformer;
- **Sitting Box** — gepolsterte Sitz- und Übungsbox, einsetzbar eigenständig oder auf dem Reformer;
- **Wedge** — leichtes Keil-Element zur präzisen Positionierung, Körperausrichtung und Gelenkentlastung in Stand-, Sitz- und Liegeübungen;
- **Ladder Barrel** — freistehendes Holzgerät mit verstellbarer Leiter und großem Barrel-Element für Ganzkörper-Übungen.

Abbildungen sind symbolisch; Abweichungen in Ausstattung und Detailausführung einzelner Modelle stellen keinen Mangel dar, sofern Funktion und Sicherheit nicht beeinträchtigt sind. Die für jedes konkrete Gerät gültigen Daten (Modellbezeichnung, Maße, Eigengewicht, max. Benutzergewicht, Belastungsklasse, Seriennummer) sind dem **Aufkleber am Gerät** zu entnehmen.

1.2 Verwendete Signalwörter

Signalwort	Bedeutung
GEFAHR	Unmittelbar drohende Gefahr — schwere Verletzungen oder Tod möglich.
WARNUNG	Möglicherweise gefährliche Situation — schwere Verletzungen möglich.

VORSICHT	Möglicherweise gefährliche Situation — leichte Verletzungen oder Sachschäden möglich.
HINWEIS	Wichtige Information ohne Verletzungsgefahr.

3 · Bestimmungsgemäße Verwendung

Die Geräte sind **stationäre bzw. ortsveränderliche Trainingsgeräte** für Pilates-Übungen. Sie sind ausschließlich vorgesehen für:

- Pilates-Mobilisations-, Stretching-, Kräftigungs- und Wirbelsäulenübungen im Innenraum;
- Training durch eine Person zur Zeit;
- Nutzung durch gesunde Erwachsene innerhalb des angegebenen Benutzergewichts;
- Nutzung in privaten Haushalten *oder* in gewerblichen Studios — abhängig von der Belastungsklasse nach EN ISO 20957 (siehe Aufkleber am Gerät und Abschnitt 8);
- Sitting Box und Arc können bestimmungsgemäß zusätzlich auf der Liegefläche eines Pilates-Reformers eingesetzt werden, sofern dieser hierfür ausgelegt ist und der Reformer-Hersteller dies in seiner Anleitung freigibt.

Jede andere Verwendung gilt als nicht bestimmungsgemäß. Für Schäden aus einer solchen Verwendung ist der Betreiber bzw. Anwender verantwortlich. Gesetzliche Ansprüche, insbesondere nach dem Produkthaftungsgesetz, bleiben unberührt.

4 · Vernünftigerweise vorhersehbare Fehlanwendung & Restrisiken

Nicht zulässig sind insbesondere:

- Medizinische, therapeutische oder rehabilitative Anwendung ohne ärztliche bzw. fachlich qualifizierte Anleitung
- Nutzung durch Kinder ohne unmittelbare Aufsicht
- Nutzung durch mehrere Personen gleichzeitig
- Klettern auf der Leiter des Ladder Barrels außerhalb der vorgesehenen Übungen
- Verwendung als Sitzmöbel, Trittstufe, Hocker oder Ablage außerhalb des Pilates-Trainings
- Verwendung im Außenbereich, in Feuchträumen oder bei nasser Standfläche
- Aufprallbelastung (Springen) auf das Gerät
- Eigenmächtiges Umbauen, Modifizieren oder Reparieren
- Verwendung beschädigter, abgenutzter oder nicht freigegebener Ersatzteile
- Überschreiten des maximalen Benutzergewichts
- Stapeln mehrerer Geräte aufeinander zur Lagerung
- Einsatz auf instabilem, weichem oder rutschigem Untergrund
- Befestigen von Widerstandsbändern, Seilen, Gurten oder sonstigen Hilfsmitteln am Gerät
- Verwendung des Geräts als Stütze oder Abstützpunkt bei Dehnübungen außerhalb der vorgesehenen Übungen
- Einführen von Gegenständen in Öffnungen, Führungen oder Verstellmechanismen

Restrisiken (trotz konstruktiver Schutzmaßnahmen)

- **Sturzgefahr:** Beim Auf- und Absteigen, beim Erklimmen der Leiter (Ladder Barrel), beim Liegen auf gewölbten Flächen, bei Übungen über Kopf hinaus.
- **Kippgefahr:** Spine Corrector und Arc können bei einseitiger Lastverteilung kippen oder verrutschen, wenn sie nicht auf rutschfestem Untergrund stehen.
- **Quetschgefahr Hände/Finger:** Beim Verstellen der Leiter-Distanz am Ladder Barrel sowie beim Anheben und Tragen der Holzelemente.
- **Anstoßgefahr:** An Holzkanten, Sprossen der Leiter, Standfüßen.
- **Splitterbildung:** Bei beschädigten Holzoberflächen — vor jedem Gebrauch sichtprüfen.
- **Verletzung durch Fehlhaltung:** Bei mangelnder Technik, Überlastung oder Übungen über die individuelle Beweglichkeit hinaus.
- **Lastübertragung auf den Reformer (nur Sitting Box / Arc auf Reformer):** Reformer-Hersteller-Freigabe und max. Reformer-Belastung beachten.

5 · Sicherheitshinweise

5.1 Allgemeine Sicherheit

WARNUNG — Verletzungsgefahr durch unsachgemäße Nutzung

- Verwenden Sie das Gerät nur in **technisch einwandfreiem Zustand**.
- Benutzen Sie das Gerät nicht bei sichtbaren Schäden, Rissen im Holz, gelockerten Schraubverbindungen oder beschädigter Polsterung.
- Stellen Sie das Gerät auf einem **ebenen, stabilen, rutschfesten Untergrund** in Innenräumen auf.
- Halten Sie rund um das Gerät einen freien Sicherheitsbereich von **mindestens 0,6 m** auf jeder Seite ein. Für das Ladder Barrel: **mindestens 1,0 m** auf der Vorder- und Rückseite (Sturzbereich).
- Tragen Sie geeignete, eng anliegende Sportkleidung. Lassen Sie keine losen Bänder, Schmuck oder Haare in die Nähe der Verstellmechanismen gelangen.
- Stellen Sie sicher, dass **alle Schraubverbindungen und Verstellungen vor jedem Gebrauch fest und korrekt arretiert** sind.
- Verwenden Sie das Gerät nicht unter Einfluss von Alkohol, Drogen oder Medikamenten, die Reaktionsvermögen oder Koordination beeinträchtigen.

GEFAHR — Sturz vom Ladder Barrel

Beim Klettern auf der Leiter und bei Übungen über das Barrel-Element hinweg besteht **Sturzgefahr aus erhöhter Position**. Üben Sie nur unter ausreichender Vorerfahrung oder Anleitung. Halten Sie die Sprossen frei von Feuchtigkeit und stellen Sie das Gerät niemals auf glatten Böden ohne rutschfeste Unterlage auf.

5.2 Personenkreis

- Das Gerät ist für die Nutzung durch **jeweils eine Person** vorgesehen.
- Das maximale Benutzergewicht (siehe Aufkleber am Gerät) darf nicht überschritten werden.
- **Mindestalter 14 Jahre.** Kinder und Jugendliche unter 14 Jahren dürfen das Gerät nicht eigenständig benutzen.
- **Kinder** dürfen sich dem Gerät nur unter unmittelbarer Aufsicht eines Erwachsenen nähern. Das Gerät ist kein Spielgerät.
- Personen mit eingeschränkter physischer, sensorischer oder kognitiver Eignung dürfen das Gerät nur unter Aufsicht oder nach Einweisung verwenden.
- Bei Schwangerschaft, bestehenden Erkrankungen, postoperativen Einschränkungen, Bandscheibenproblemen oder akuten Beschwerden des Bewegungsapparats: **vor dem**

Training ärztlichen Rat einholen. Insbesondere Übungen mit überstrecktem Rücken über Spine Corrector / Arc sind kontraindiziert bei Wirbelsäulenerkrankungen.

5.3 Gesundheitshinweis

> **Training abbrechen bei Beschwerden**
> Beenden Sie das Training sofort bei Schmerzen in Brust, Rücken oder Wirbelsäule, bei Schwindel, Atemnot, Schwäche, Taubheitsgefühl oder sonstigem Unwohlsein und konsultieren Sie einen Arzt. Pilates-Training ersetzt keine medizinische Behandlung.

5.4 Sicherheit bei Aufstellen und Inbetriebnahme

- **Spine Corrector / Arc / Sitting Box / Wedge:** Lieferung in der Regel komplett montiert — Sichtprüfung auf Transportschäden, Polsterung, Schraubverbindungen und Holz.
- **Ladder Barrel:** Auspacken und Aufstellen durch **zwei erwachsene Personen** empfohlen — durch das Holz und die Konstruktion erheblich schwer (typisch 25–35 kg). Falls die Leiter-Distanz oder Standfüße montiert oder eingestellt werden müssen, alle Schraubverbindungen handfest anziehen und nach kurzer Einlaufzeit nachziehen.
- Erst nach **vollständig abgeschlossener Inbetriebnahme und Sichtprüfung** in Betrieb nehmen.

5.5 Sicherheit bei Bedienung

- Bei jedem Gebrauch zuvor: Sichtprüfung von Polsterung, Holzrahmen, Schraubverbindungen, rutschfesten Standfüßen und (Ladder Barrel) der Verstellmechanik der Leiter.
- Beim Aufsetzen / Auflegen: kontrolliert, langsam und mit beiden Händen Halt suchen.
- Übungen über das Gerät hinweg nur in einem für Sie beherrschbaren Bewegungsumfang.
- Niemals auf das Gerät springen oder mit hoher Geschwindigkeit aufsetzen.
- Verstellungen am Ladder Barrel nur am unbelasteten Gerät durchführen.

5.6 Sicherheit bei Wartung und Reinigung

- Wartung und Verstellungen nur am **nicht in Benutzung befindlichen, unbelasteten Gerät** durchführen.
- Nur **Originalersatzteile oder von The Virtù Line freigegebene Ersatzteile** verwenden.
- Keine aggressiven Reinigungsmittel, Lösungsmittel, Alkohol oder Scheuermittel verwenden.
- Reinigung mit feuchtem Tuch — keine direkte Wasseranwendung an Holz oder Verstellmechanismen.

5.7 Aufstellort und Umgebungsbedingungen

- **Nicht in Hauptdurchgängen, Fluchtwegen oder vor Notausgängen** aufstellen.

- Aufstellfläche muss **eben, tragfähig, fest und rutschfest** sein.
- Rundum **mindestens 0,6 m** freier Sicherheitsbereich, beim Ladder Barrel **mindestens 1,0 m** vorne und hinten. In der Richtung, aus der der Zugang zum Gerät erfolgt, muss der Freibereich **mindestens 0,6 m größer als der Übungsbereich** sein.
- Nur in Innenräumen verwenden: trocken, gut belüftet, **ohne direkte Zugluft**, +5 °C bis +40 °C, max. 70 % rel. Luftfeuchtigkeit. Nutzung im Freien, in Feuchträumen oder in Schwimmbadbereichen ist unzulässig.
- **Bodenschutz:** Auf empfindlichen Bodenbelägen (Parkett, Laminat, Kork, Vinyl, Teppich) eine **Bodenschutzmatte** unterlegen. Sie schützt vor Druckstellen und Schweiß und gleicht leichte Unebenheiten aus.
- Gerät nicht in unmittelbarer Nähe von Heizkörpern, Klimaanlagen, Kaminen oder in direkter Sonneneinstrahlung aufstellen — Holz reagiert auf Temperatur- und Feuchtigkeitswechsel.
- Verstellvorrichtungen dürfen nicht so vorstehen, dass sie die Bewegung der trainierenden Person behindern.

5.8 Pflichten des Betreibers / Besitzers

Weitergabe der Sicherheitsinformationen

- Der Betreiber bzw. Besitzer des Geräts muss **allen Nutzerinnen und Nutzern sämtliche Warnhinweise und Anweisungen dieser Anleitung nachweislich übermitteln**, bevor diese das Gerät zum ersten Mal verwenden.
- Diese Anleitung ist **jederzeit zugänglich am oder beim Gerät** aufzubewahren und bei Weitergabe, Vermietung oder Weiterverkauf mitzugeben.
- Bei **Anwendungsklasse S** (Studio, Verein, Hotel, Reha, Firmenfitness) regelt der Besitzer Zugang, Beaufsichtigung und Kontrolle des Geräts und trägt dafür die gesetzliche Verantwortung.
- Der Betreiber stellt sicher, dass die vorgeschriebenen **Prüf- und Wartungsintervalle** (Abschnitt 11) eingehalten und dokumentiert werden und dass schadhafte Geräte bis zur Instandsetzung **gegen Weiterbenutzung gesichert** werden.
- Am Gerät angebrachte Sicherheitsaufkleber und Piktogramme müssen lesbar bleiben und sind bei Beschädigung zu ersetzen.

6 · Geräteübersicht (5 Modelle)

Die folgenden Geräte sind Bestandteil der mittleren Pilates-Gerätelinie The Virtù Line. Aufbau, Maße und Konstruktion können je nach Modell innerhalb der Linie variieren — die hier aufgeführten Eigenschaften gelten produktlinien-übergreifend.

6.1 Spine Corrector

Geschwungenes Holz-Polsterelement zur Mobilisation und Streckung der Wirbelsäule. Konstruktion: Holzrahmen, durchgehend gepolstert, mit Aussparung für Hüfte und Kopfauflage. Standsicher durch breite Auflagefläche; ortsveränderlich.

Typische Anwendung: Wirbelsäulen-Mobilisation, Brustöffnung, Schulterstretching, Bauchmuskel-Übungen.

6.2 Arc

Flacher, leichter Bogen aus Holz oder Verbundmaterial mit beidseitiger Polsterung. Beidseitig nutzbar (konvex / konkav). Einsetzbar als eigenständiges Gerät auf dem Boden oder — sofern Reformer-Hersteller-Freigabe vorliegt — auf der Liegefläche eines Pilates-Reformers.

Typische Anwendung: Brustkorböffnung, sanfte Wirbelsäulen-Mobilisation, Stretching, Reformer-Übungen mit Arc-Auflage.

6.3 Sitting Box

Gepolsterte Box mit charakteristischer Schulter-Aussparung — als Sitz, Stütze oder erhöhte Auflage einsetzbar. Eigenständig auf dem Boden oder auf der Liegefläche des Pilates-Reformers verwendbar.

Typische Anwendung: Sitzübungen am Reformer, Stützübungen, Auflage für Beine oder Oberkörper, Schulter-Stretching durch die Aussparung.

6.4 Wedge

Leichtes, formstabiles Keil-Element mit geneigter, gepolsterter Auflagefläche und rutschfestem, atmungsaktivem Kunstleder-Bezug. Kompakt und platzsparend; eigenständig auf dem Boden oder ergänzend zum Reformer- und Mattentraining einsetzbar.

Typische Anwendung: präzise Positionierung und Körperausrichtung, Gelenkentlastung in Stand-, Sitz- und Liegepositionen, Unterstützung von Aufrichtung und sauberen Übergängen.

6.5 Ladder Barrel

Freistehendes Pilates-Großgerät bestehend aus einem geschwungenen Barrel-Element und einer angesetzten Holzleiter. Die Distanz zwischen Leiter und Barrel ist **verstellbar** (Schiebemechanismus mit Arretierung), um an unterschiedliche Körpergrößen angepasst werden zu können. Tragender Holzrahmen, ganzflächige Polsterung am Barrel.

Typische Anwendung: Ganzkörper-Übungen, intensive Stretchings, Übungen über Kopf-Position, Wirbelsäulen-Mobilisation, Side-Bends.

7 · Lieferumfang

Der Lieferumfang ist je nach bestelltem Gerät unterschiedlich. Folgende Bestandteile sind grundsätzlich enthalten:

- Hauptgerät (Spine Corrector / Arc / Sitting Box / Wedge / Ladder Barrel)
- Polsterelemente fest montiert
- Standfüße / Bodenauflagen (modellabhängig)
- Verstellbare Leiter inkl. Verstellmechanismus (nur Ladder Barrel)
- Montagewerkzeug (sofern Endmontage erforderlich)
- Diese Bedienungsanleitung
- Modellabhängiges Zubehör — gemäß Lieferschein

> **Prüfung bei Anlieferung**
> Kontrollieren Sie den Lieferumfang sofort nach Erhalt auf Vollständigkeit und Transportschäden — insbesondere die Polsterung, den Holzrahmen und (Ladder Barrel) den Verstellmechanismus. Bitte melden Sie Mängel möglichst rasch. Ihre gesetzlichen Gewährleistungsrechte bleiben unberührt.

8 · Technische Daten

Diese Anleitung gilt für **alle Modelle der mittleren Pilates-Gerätelinie** The Virtù Line. Die modellspezifischen Werte (Modellbezeichnung, Seriennummer, Belastungsklasse, Maße, Eigengewicht, max. Benutzergewicht) sind dem **Aufkleber am Gerät** sowie dem Produktdatenblatt zu entnehmen.

Merkmal	Wert
Modell, Seriennummer, Belastungsklasse, Maße, Eigengewicht, max. Benutzergewicht	siehe **Aufkleber am Gerät** bzw. Produktdatenblatt
Belastungsklassen nach EN ISO 20957	**H** = Heimgebrauch (max. 3 h tägliche Nutzung) · **S** = Studio / gewerblich (intensiver Dauereinsatz)
Konstruktion	Tragender Holzrahmen (z. B. Birken-Multiplex, Buche, Walnuss-Optik) mit Metallbeschlägen
Polsterung	PVC-Bezug auf Schaumstoffkern, hochbelastbar, leicht zu reinigen
Verstellung Ladder Barrel	Schiebemechanismus mit Arretierung — typischer Verstellbereich 35–55 cm Distanz Leiter–Barrel (modellabhängig, siehe Aufkleber)
Standfüße	Rutschfeste Bodenauflagen (Filz oder Gummi)
Einsatzbereich	Trockene Innenräume, ebener und stabiler Untergrund
Sicherheitsabstand	≥ 0,6 m rundum · Ladder Barrel: ≥ 1,0 m vorne und hinten
Maximale Aufstellumgebung	Temperatur 5–40 °C, relative Luftfeuchte ≤ 70 % (nicht kondensierend)
Mindestalter	**14 Jahre**

Modellbezeichnung und Seriennummer

Modellbezeichnung, Seriennummer und die modellspezifischen Kennwerte finden Sie auf dem **Aufkleber an der Unterseite des Geräterahmens**. Halten Sie diese Angaben bei Service-Anfragen, Ersatzteilbestellungen und im Garantiefall bereit. Die Seriennummer ist einmalig und dient der Rückverfolgbarkeit des Geräts.

9 · Auspacken, Aufstellen und Inbetriebnahme

9.1 Auspacken

1. Verpackung an einem sauberen, ebenen Platz öffnen. Nicht mit scharfen Klingen direkt am Gerät schneiden — Beschädigungsgefahr für Polsterung.
2. Verpackungsmaterial (Karton, Styropor, Folien, Holz) zurücklegen und nach den geltenden Vorschriften entsorgen — siehe Abschnitt 14.
3. Lieferumfang gegen Lieferschein und Abschnitt 7 prüfen.
4. Gerät auf Transportschäden, Risse im Holz, Polsterungsbeschädigungen und ordnungsgemäße Schraubverbindungen sichtprüfen.

9.2 Aufstellen

1. Wählen Sie einen **ebenen, stabilen, trockenen Innenraum** mit ausreichendem Sicherheitsabstand (siehe Abschnitt 8).
2. Bei glatten Böden (Parkett, Fliesen): zusätzliche rutschfeste Unterlage empfohlen — insbesondere für Ladder Barrel und für Übungen über Spine Corrector / Arc.
3. Gerät auf seine vorgesehenen Standfüße stellen — keine Gewichtsverlagerung, kein Wackeln.
4. **Ladder Barrel:** Distanz Leiter–Barrel an die Körpergröße des Trainierenden anpassen (siehe Abschnitt 10.4) und Verstellung sicher arretieren.

> **WARNUNG — Heben und Tragen**
> Das Ladder Barrel ist mit ca. 25–35 kg ein schweres Gerät. Heben und Tragen **nur zu zweit** mit geradem Rücken aus den Beinen heraus. Verwenden Sie keine Polster oder Leitersprossen als Trage-Griff — diese können sich lösen.

9.3 Sichtprüfung vor Erstinbetriebnahme

- Holzrahmen ohne Risse, ohne lose Holzteile, ohne Splitter
- Polsterung ohne Beschädigungen, fest mit dem Rahmen verbunden
- Alle Schraubverbindungen handfest angezogen
- Standfüße sauber, rutschfest, vollständig vorhanden
- (Ladder Barrel) Verstellmechanismus leichtgängig, Arretierung wirkt sicher
- Gerät kippt nicht und wackelt nicht beim Anlehnen oder Aufsteigen

9.4 Erstinbetriebnahme

Beginnen Sie mit einfachen Übungen in geringer Bewegungsamplitude, um sich mit dem Gerät vertraut zu machen. Steigern Sie Bewegungsumfang und Schwierigkeit erst nach sicherer Beherrschung.

Nachziehen nach Einlaufzeit: Ladder Barrel — alle Schraubverbindungen nach den ersten **5 Trainingseinheiten** bzw. nach 2 Wochen erneut handfest nachziehen. Anschließend im Rahmen der regelmäßigen Wartung (Abschnitt 11).

10 · Bedienung & Trainingshinweise

10.1 Vor jedem Training

- Sichtprüfung gemäß Abschnitt 9.3 durchführen.
- Sicherheitsabstand prüfen — Bewegungsraum frei von Möbeln, Wänden, Hindernissen.
- Geeignete Sportkleidung tragen, lange Haare zurückbinden, Schmuck ablegen.
- Aufwärmen vor dem Training, insbesondere vor Wirbelsäulen- und Streckübungen.

10.2 Spine Corrector, Arc, Sitting Box, Wedge — eigenständig

1. Gerät auf der ebenen, rutschfesten Fläche platzieren.
2. Beim Auflegen: kontrolliert mit beiden Händen abstützen, langsam in die Position rollen.
3. Übungen nur im individuell beherrschbaren Bewegungsumfang ausführen.
4. Beim Verlassen der Position: kontrolliert abrollen, mit beiden Händen abstützen.

10.3 Sitting Box / Arc — auf dem Reformer

> **VORSICHT — Reformer-Eignung prüfen**
>
> Vor dem Einsatz auf der Liegefläche eines Reformers: **Reformer-Anleitung des jeweiligen Herstellers konsultieren**. Sicherstellen, dass der Reformer für die zusätzliche Auflage von Sitting Box / Arc freigegeben ist und das maximale zulässige Belastungsgewicht (Reformer + Sitting Box / Arc + Trainierender) nicht überschritten wird.

1. Schlitten des Reformers in Ruhestellung; Federn entsprechend der Übung einhängen.
2. Sitting Box / Arc mittig und plan auf der Liegefläche platzieren — keine Überstände an den Schlittenkanten.
3. Vor Belastung: Stand- und Sitzfestigkeit prüfen.
4. Übungsausführung gemäß Pilates-Lehrtradition oder Anleitung durch qualifizierten Trainer.

10.4 Ladder Barrel — Distanzverstellung

1. Gerät unbelastet lassen — niemand darf während der Verstellung auf der Leiter oder am Barrel sein.
2. Arretierung der Distanzverstellung (Hebel oder Knebelschraube) lösen.
3. Leiter sanft auf die gewünschte Distanz schieben — typische Orientierung: Beinlänge des Trainierenden.
4. Arretierung sicher schließen.
5. Distanz prüfen durch leichtes Rütteln — kein Spiel zulässig.

> **WARNUNG — Quetschgefahr beim Verstellen**
> Halten Sie Hände und Finger während des Schiebevorgangs aus dem Bereich der Führungsschienen heraus. Greifen Sie ausschließlich an den dafür vorgesehenen Griffflächen (Leiterholme).

10.5 Nach dem Training

- Gerät auf sichtbare Schäden, lose Schraubverbindungen, ungewöhnliche Geräusche kontrollieren.
- Polsterung trocken und sauber abwischen.
- Gerät an seinem Aufstellplatz kindersicher und für Dritte unzugänglich abstellen — siehe auch Abschnitt 13.

10.6 Trainingskleidung

- Tragen Sie **eng anliegende, atmungsaktive Sportkleidung**. Weite oder lose Kleidung, Bänder, Kordeln, Schals und Schmuck können sich an Kanten, Sprossen oder Verstellmechanismen verfangen.
- Lange Haare zusammenbinden.
- Pilates wird **barfuß oder mit Anti-Rutsch-Socken** trainiert. Straßenschuhe, Schuhe mit Absätzen, Leder- oder Profilsohlen sind ungeeignet.
- Verwenden Sie ein Handtuch, um Schweiß aufzunehmen und die Polsterung zu schonen.

10.7 Aufwärmen und Cool-Down

Beginnen Sie **jede** Trainingseinheit mit einer Aufwärmphase und beenden Sie sie mit einer Cool-Down-Phase. Aufwärmen bereitet Muskulatur, Gelenke und Kreislauf auf die Belastung vor und senkt das Verletzungsrisiko; das Cool-Down unterstützt die Regeneration.

Aufwärmen (ca. 5–10 Minuten):

1. Aufrecht stehen, Füße etwa hüftbreit auseinander, Schultern locker.
2. Langsame Armkreise vorwärts, danach rückwärts — jeweils ca. 30 Sekunden.
3. Becken kontrolliert vor- und zurückkippen, anschließend Wirbelsäule langsam Wirbel für Wirbel abrollen und wieder aufrichten.
4. Kontrollierte Kniebeugen mit geradem Rücken — die Knie bleiben über den Füßen und ragen nicht über die Zehen hinaus.
5. Erste Übungen am Gerät mit **kleinem Bewegungsumfang** beginnen und die Amplitude langsam steigern.

Cool-Down (ca. 5 Minuten): ruhige Dehnübungen für Beine, Hüftbeuger, Rücken und Schultern, jede Position 20–30 Sekunden ohne Wippen halten; Atmung ruhig weiterführen.

> **VORSICHT:** Trainieren Sie nicht mit ausgeprägtem Muskelkater — schonen Sie die betroffenen Muskelgruppen, andernfalls drohen Verletzungen.

10.8 Beanspruchte Muskelgruppen

Beim Training an diesen Geräten werden insbesondere beansprucht:

- Tiefe Rumpf- und Bauchmuskulatur (Powerhouse)
- Rückenmuskulatur, Wirbelsäulenstabilisatoren
- Gesäßmuskulatur
- Bein- und Hüftmuskulatur
- Arm- und Schultermuskulatur
- Brustmuskulatur
- Beckenboden

Achten Sie während des gesamten Trainings auf eine **kontrollierte Wirbelsäulenführung** und dehnen Sie nur so weit, wie es Ihre individuelle Beweglichkeit zulässt — insbesondere bei Übungen über die gewölbten Flächen.

10.9 Trainingshäufigkeit und gesundheitliche Hinweise

- **Häufigkeit:** Für Einsteiger sind **2–3 Einheiten pro Woche** zu je 30–60 Minuten üblich. Häufigeres Training ist möglich, wenn Intensität und Schwerpunkte variiert werden und ausreichend Regenerationszeit bleibt.
- **Steigerung:** Beginnen Sie mit geringer Belastung und steigern Sie Umfang und Intensität gleichmäßig und schonend. Technik und Kontrolle gehen immer vor Belastung.
- **Übertraining vermeiden:** Exzessives Training kann die Gesundheit ernsthaft gefährden.
- **Medikamente:** Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, klären Sie mit Ärztin/Arzt oder Apotheke ab, ob diese Ihre Belastbarkeit, Herzfrequenz, Kreislaufregulation oder Ihr Reaktionsvermögen beeinflussen. Bei herzfrequenzwirksamer Medikation ist ärztlicher Rat vor Trainingsbeginn zwingend.
- **Ärztliche Abklärung** wird empfohlen bei: Bluthochdruck oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen (auch familiär bedingt), Alter über 45 Jahren, Rauchen, erhöhten Cholesterinwerten, Übergewicht sowie nach längerer sportlicher Inaktivität.
- **Training sofort abbrechen** bei Schwäche, Übelkeit, Schwindel, Schmerzen, Atemnot oder anderen ungewohnten Symptomen — im Notfall ärztliche Hilfe hinzuziehen.

11 · Wartung, Pflege und Reinigung

11.1 Wartungsintervalle

Intervall	Maßnahme
Vor jedem Gebrauch	Sichtprüfung Holz, Polsterung, Schraubverbindungen, Standfüße, (Ladder Barrel) Verstellmechanismus
Wöchentlich (bei intensiver Nutzung)	Reinigung Polsterung, Standfüße prüfen, alle Schrauben handfest nachziehen
Monatlich	Detailprüfung Holzrahmen auf Risse, Polsterung auf Beschädigung, Verstellmechanismus auf Leichtgängigkeit
Jährlich (Studio-Nutzung)	Vollständige Inspektion, ggf. Polsterung erneuern, Verstellmechanismus reinigen und ggf. mit harzfreiem Schmiermittel behandeln
Bei Auffälligkeit	Sofortige Außerbetriebnahme. Kontakt: info@bodyfit-shop.at

11.2 Reinigung Polsterung

- PVC-Bezug mit feuchtem Tuch und milder Seifenlauge abwischen.
- Keine Lösungsmittel, keinen Alkohol, keine alkoholhaltigen Desinfektionsmittel (außer ausdrücklich für PVC freigegeben), keine Scheuermittel.
- Anschließend mit trockenem Tuch nachreiben — keine Restfeuchtigkeit.
- Bei Bedarf: spezielle PVC-/Kunstleder-Pflegeprodukte verwenden.

11.3 Reinigung Holzrahmen

- Mit trockenem oder leicht angefeuchtetem Tuch abwischen.
- Niemals direkt mit Wasser besprühen.
- Kein Möbelpolitur-Spray auf Polsterung gelangen lassen.

11.4 Reinigung Verstellmechanismus (Ladder Barrel)

- Staub und Fasern aus den Führungsschienen entfernen (Pinsel, weiches Tuch).
- Bei Schwergängigkeit: harzfreies Schmiermittel sparsam an den Gleitstellen anwenden — kein Sprühöl auf Polsterung oder Holz.

11.5 Wartungs- und Reparaturhinweis

WARNUNG

Reparaturen, Polsterwechsel und konstruktive Änderungen dürfen ausschließlich durch The Virtù Line oder durch von The Virtù Line autorisierte Fachpersonen durchgeführt werden. Eigenmächtige Eingriffe führen zum Erlöschen der Garantie und können die Gerätesicherheit gefährden.

12 · Fehlerbehebung

Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Gerät wackelt	Standfüße verschmutzt; Untergrund uneben; Schraubverbindungen lose	Standfüße reinigen; Untergrund prüfen; alle Schrauben handfest nachziehen
Polsterung locker oder verrutscht	Befestigung gelöst; Polsterkern verformt durch Überlast	Befestigung sichten; bei verformtem Polster: außer Betrieb nehmen, Service kontaktieren
Knarren oder Knacken im Holz	Schraubverbindungen gelockert; Klima-Effekt (Trockenheit)	Schrauben nachziehen; Raumklima beobachten (Luftfeuchte 40–60 % anstreben)
Risse im Holz oder Splitter	Überlast; Stoß; Materialermüdung	**Sofortige Außerbetriebnahme.** Service kontaktieren — Verletzungsgefahr.
Verstellung Ladder Barrel schwergängig	Verschmutzung der Führung; Arretierung verkantet	Führung reinigen; sparsam mit harzfreiem Schmiermittel behandeln; bei Bedarf Service
Verstellung Ladder Barrel hält nicht	Arretierung verschlissen oder defekt	Gerät außer Betrieb nehmen, Service kontaktieren — keine Belastung möglich
Standfüße rutschen auf glattem Boden	Untergrund zu glatt; Standfüße verschmutzt	Rutschfeste Trainings-Unterlage verwenden; Standfüße reinigen
Geruch nach Auspacken	Frischer PVC-/Holz-Geruch (typisch, klingt ab)	Raum lüften; nach 1–2 Wochen sollte der Geruch verschwunden sein

13 · Transport und Lagerung

13.1 Transport

- **Spine Corrector / Arc / Sitting Box / Wedge:** einzeln tragbar — beim Tragen am Holzrahmen greifen, nicht an der Polsterung; auf Türrahmen, Möbel und andere Hindernisse achten.
- **Ladder Barrel:** Tragen **nur zu zweit** mit geradem Rücken aus den Beinen heraus. Niemals an der Polsterung oder an einzelnen Leitersprossen anheben — Verletzungs- und Beschädigungsgefahr. Bei längeren Transporten (z. B. Umzug): Verstellmechanismus arretieren, ggf. Polsterung mit Decke schützen, originalverpacken oder gleichwertig sichern.
- Vor jedem Transport: alle Verstellungen sicher arretieren, lose Teile (Zubehör) entfernen und gesondert verpacken.
- **Bodenschutz:** Auf empfindlichen Böden (Parkett, Dielen, Laminat, Vinyl) den Transportweg mit Karton, Filzgleitern oder einer Schutzmatte auslegen. Geräte **anheben statt schieben** — Schieben verursacht Kratzer und beschädigt die Standfüße.
- Nach jedem Standortwechsel: ebener und fester Stand sowie Sicherheitsabstände gemäß Abschnitt 5.7 erneut prüfen.

13.2 Lagerung

- Lagerung in trockenen Innenräumen, Temperatur 5–40 °C, relative Luftfeuchte ≤ 70 % (nicht kondensierend).
- Nicht in direktem Sonnenlicht oder neben Heizkörpern lagern — Polsterung und Holz können Schaden nehmen.
- Geräte nicht aufeinander stapeln (Beschädigung Polsterung).
- Vor Kinderzugriff geschützt aufbewahren.

14 · Entsorgung

14.1 Verpackung

Entsorgen Sie Verpackungsmaterialien (Karton, Holz, Styropor, Folien) nach den geltenden Vorschriften des jeweiligen EU-Mitgliedstaats. Trennen Sie nach Materialart (Papier/Karton, Kunststoff, Holz) und führen Sie sie der entsprechenden Sammlung oder Entsorgung zu. Bodyfit beteiligt sich an den jeweils national vorgesehenen Verpackungs-Entsorgungssystemen (z. B. ARA in Österreich, Lucid/ZSVR in Deutschland, Citeo in Frankreich, CONAI in Italien, Ecoembes in Spanien).

14.2 Gerät am Lebensende

Das Gerät ist **rein mechanisch** aufgebaut und enthält keine elektronischen Bauteile, keine Batterien und keine Akkus. Es fällt damit nicht unter die Elektroaltgeräte- oder Batterieverordnungen. Trennen Sie nach Materialart:

- Holzrahmen und Holzbauteile → Holzverwertung
- Polsterung (PVC + Schaumstoffkern) → Restmüll oder fachgerechte Verwertung gemäß lokalen Vorschriften
- Metallbeschläge, Schrauben → Metallrecycling

15 · Konformität (GPSR)

Die Geräte sind **rein muskelbetrieben** und damit **keine Maschinen** im Sinne der Maschinenrichtlinie 2006/42/EG; sie tragen **keine CE-Kennzeichnung**. Bodyfit Handels KG als Inverkehrbringer in der EU erklärt die Konformität dieser Geräte mit den einschlägigen Vorschriften, insbesondere:

- Verordnung (EU) 2023/988 über die allgemeine Produktsicherheit (GPSR)
- EN ISO 20957-1 — Stationäre Trainingsgeräte (allgemeine Sicherheitsanforderungen und Prüfverfahren)
- EN ISO 12100 — Sicherheit von Maschinen, Risikobeurteilung
- EN IEC/IEEE 82079-1 — Erstellung von Gebrauchsanleitungen
- Verordnung (EG) Nr. 1907/2006 (REACH)

Eine **GPSR-Konformitätserklärung** für die Produktlinie wird auf Anfrage kostenlos zur Verfügung gestellt; sie ist 10 Jahre ab Inverkehrbringen aufzubewahren. Die technische Dokumentation wird bei Bodyfit Handels KG, Wiener Straße 190, 4020 Linz, Österreich, zur Einsicht durch zuständige Marktüberwachungsbehörden bereitgehalten.

16 · Garantie

Die vollständigen Garantiebestimmungen liegen diesem Dokument als **separates Garantieheft** bei und sind unter **www.virtu-line.com** abrufbar. Sie regeln Inhalt, Dauer, räumlichen Geltungsbereich und Geltendmachung der freiwilligen Herstellergarantie sowie das Verhältnis zur gesetzlichen Gewährleistung.

16.1 Übersicht Garantiezeiträume (verkürzte Darstellung)

Bauteil	Garantie
Holzrahmen und tragende Holzkonstruktion	3 Jahre
Metallbeschläge und Schraubverbindungen	2 Jahre
Verstellmechanismus Ladder Barrel	2 Jahre
Polsterung (PVC + Schaumstoffkern)	1 Jahr
Standfüße / rutschfeste Bodenauflagen	1 Jahr

Die Garantiezeiträume gelten ab Übergabe an den Endkunden. Bei gewerblicher Nutzung (Studio) gilt eine reduzierte Garantiezeit gemäß den vollständigen Garantiebestimmungen. Verschleißteile (Polsterungs-Oberfläche, Standfüße) sind von der freiwilligen Garantie ausgenommen, soweit normale Abnutzung — gesetzliche Gewährleistungsrechte bleiben hiervon unberührt.

> **Gesetzliche Gewährleistung**
> Die gesetzliche Gewährleistung gemäß dem österreichischen Verbrauchergewährleistungsgesetz (VGG) bzw. den entsprechenden nationalen Umsetzungen der EU-Warenkauf-Richtlinie 2019/771 in den anderen Mitgliedstaaten bleibt von der freiwilligen Garantie unberührt.

17 · Häufige Fragen (FAQ)

Welcher Pilates-Reformer ist mit Sitting Box / Arc kompatibel?
Grundsätzlich alle Pilates-Reformer der The Virtù Line. Bei Reformern anderer Hersteller ist die Reformer-Anleitung zu konsultieren — die Auflagefähigkeit hängt von Schlitten-Maßen, Belastungsgrenzen und Kanten-Konstruktion ab.

Darf ich auf dem Spine Corrector / Arc mit voller Wirbelsäulen-Streckung arbeiten?
Nur, wenn keine medizinischen Kontraindikationen vorliegen (insbesondere keine Bandscheiben-Vorfälle, Wirbelblockaden, Osteoporose). Im Zweifel vor Trainingsbeginn ärztlichen Rat einholen.

Wie verstelle ich die Distanz am Ladder Barrel?
Siehe Abschnitt 10.4. Die Verstellung erfolgt am unbelasteten Gerät über den Schiebemechanismus mit Arretierung. Distanz an die Beinlänge des Trainierenden anpassen.

Knarrt mein Holzgerät — ist das ein Defekt?
Leichte Geräusche durch jahreszeitlich wechselndes Raumklima (Luftfeuchte) sind bei Holzgeräten normal. Bei stetigem Knarren: Schraubverbindungen handfest nachziehen. Dauerhafte oder laute Geräusche, kombiniert mit Wackeln oder sichtbaren Veränderungen am Holz: Service kontaktieren.

Mein Ladder Barrel rutscht auf glattem Boden — was tun?
Verwenden Sie eine rutschfeste Trainings-Unterlage (Pilates-Matte, Gummiunterlage). Reinigen Sie die Standfüße. Aufstellung niemals auf nassem Boden.

Brauche ich eine Trainer-Einweisung?
Empfohlen, insbesondere für Ladder Barrel und für intensive Wirbelsäulen-Übungen über Spine Corrector / Arc. Falsche Technik kann zu Beschwerden führen.

Kann ich das Gerät draußen verwenden?
Nein. Die Geräte sind ausschließlich für trockene Innenräume vorgesehen. Feuchtigkeit, UV-Strahlung und Temperaturschwankungen schädigen Holz und Polsterung.

Wie reinige ich die Polsterung am sichersten?
Feuchtes Tuch mit milder Seifenlauge, anschließend trocken nachreiben. Keine Lösungsmittel, kein Alkohol (sofern nicht ausdrücklich für PVC freigegeben), keine Scheuermittel.

Wie oft sollten Schraubverbindungen nachgezogen werden?
Bei Ladder Barrel: nach den ersten 5 Trainingseinheiten bzw. 2 Wochen erstmals; anschließend wöchentlich (Studio) bzw. monatlich (Heim). Bei den kleineren Geräten genügt eine monatliche Sichtprüfung.

Sind Polsterungen austauschbar?
Ja, durch The Virtù Line oder autorisierte Fachpersonen. Eigenmächtiger Polsterwechsel führt zum Erlöschen der Garantie.

18 · Hersteller- und Kontaktinformationen

Inverkehrbringer / Verantwortlicher in der EU

The Virtù Line

Bodyfit Handels KG · FN 576312v · LG Linz
Wiener Straße 190
4020 Linz
Austria

Telefon: +43 5356 90990
E-Mail: info@bodyfit-shop.at
Web: www.virtu-line.com

Service & Support

Für Service-Anfragen, Ersatzteilbestellungen (z. B. Polsterung, Befestigungselemente, Verstellmechanismus Ladder Barrel) sowie Garantiefälle wenden Sie sich an die oben genannten Kontaktdaten oder an Ihren autorisierten The-Virtù-Line-Händler.

Empfohlene Trainereinweisung

The Virtù Line empfiehlt vor der ersten Nutzung eine Einweisung durch einen qualifizierten Pilates-Trainer. Auf Wunsch kann ein professioneller Montage- und Einweisungsservice über The Virtù Line oder autorisierte Partner gebucht werden.

Hinweis: Diese Bedienungsanleitung wurde gemäß den Anforderungen der Verordnung (EU) 2023/988 (GPSR), der EN ISO 20957-1 und der EN IEC/IEEE 82079-1 erstellt.

Originalbetriebsanleitung — verbindliche Sprachfassung Deutsch. Bei Übersetzungen in andere Sprachen gilt im Zweifel die deutsche Fassung.

Version Rev. 1.3 · Stand August 2026 · Druckfertig durch The Virtù Line / Bodyfit Handels KG

© 2026 The Virtù Line. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Vervielfältigung und Weitergabe — auch auszugsweise — nur mit schriftlicher Genehmigung gestattet.