







### APRESENTAÇÃO DO PRODUTO

O Reformer é considerado um equipamento essencial para quem trabalha com o Método Pilates. Sua configuração, composta de sistemas com ajustes simples e rápidos, permite uma facilidade de adaptação para usuários de diversos tamanhos e níveis de habilidade.

A resistência, gerada pelas molas do Reformer, permite exercícios suaves de contração desenvolvendo seus músculos sem agressões. O Reformer possibilita exercícios precisos de resistência regendo um trabalho exato de alinhamento, centro de força e de todos os princípios dos exercícios de pilates.

Os trilhos do Refomer Metalife permitem o perfeito deslizamento do carrinho. Seu denso estofamento é ideal para exercícios nas posições sentada, em pé ou deitada.



### SUMÁRIO

|                              |    |
|------------------------------|----|
| Especificações Técnicas..... | 05 |
|------------------------------|----|

#### CONTEÚDO DA EMBALAGEM

|                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|
| Conteúdo da embalagem principal 01 .....           | 06 |
| Conteúdo da embalagem principal 02 .....           | 07 |
| Conteúdo Montagem Chassi RF MW 2.0 .....           | 08 |
| Conteúdo Conjunto Laterais Madeira RF MW 2.0 ..... | 09 |
| Conteúdo Conjunto Acessórios RF MW 2.0 .....       | 10 |
| Conteúdo do Kit Alças Reformer .....               | 11 |
| Conteúdo da Embalagem Estofado .....               | 12 |

#### MONTAGEM

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Preparação para montagem..... | 12 |
| Instruções de montagem .....  | 13 |



Manual de montagem

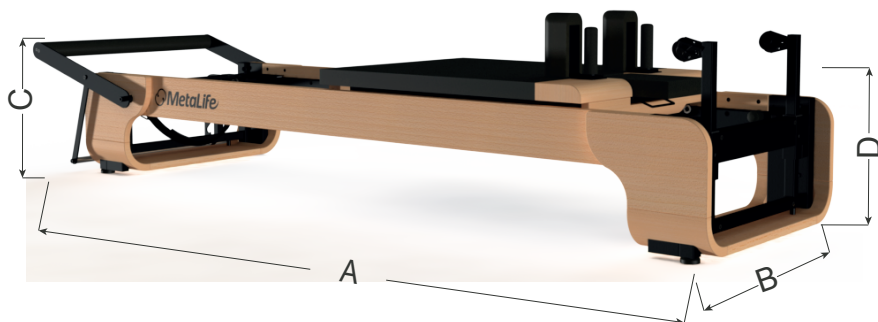
MetaLife

# Reformer Wave Premium 2.0



## ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

|   |      |
|---|------|
| A | 2,80 |
| B | 0,83 |
| C | 0,46 |
| D | 0,43 |



Obs: O peso do equipamento pode sofrer alterações em função da variação de densidade da matéria-prima.



Peso líquido do produto

**89 Kg**

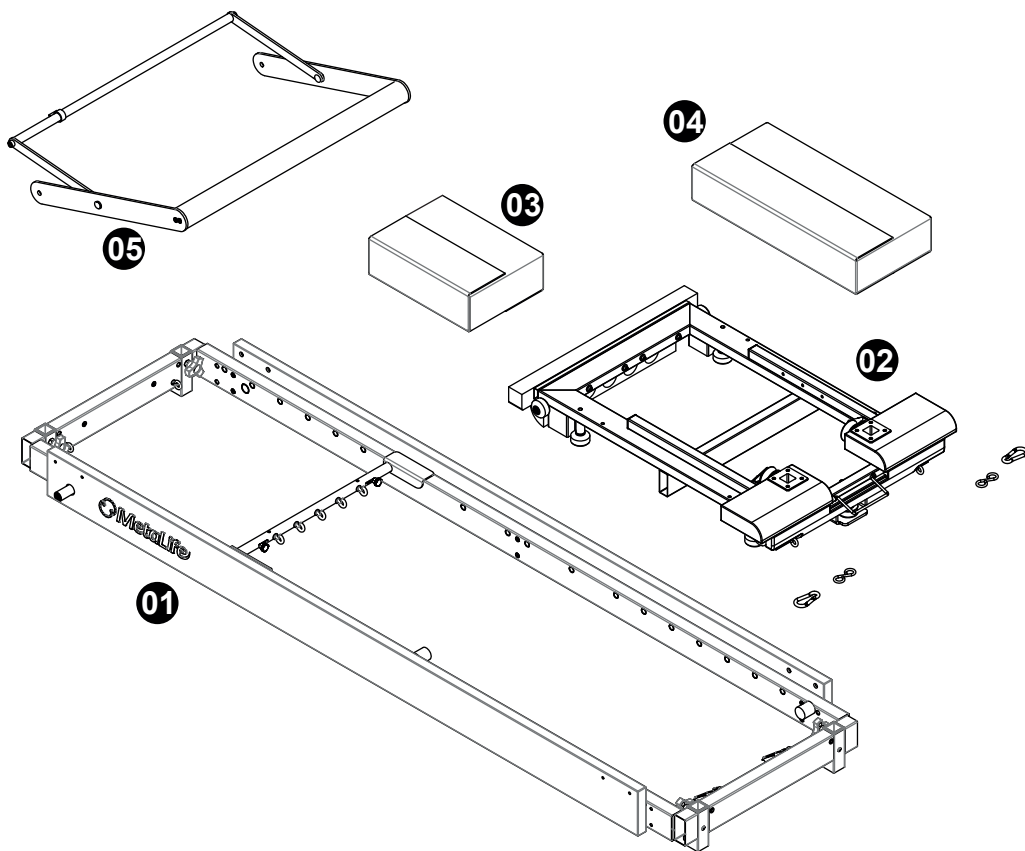
Peso máximo do usuário

**140 Kg**





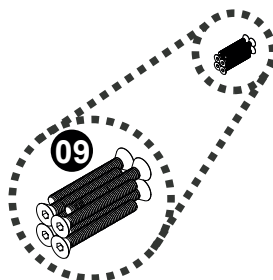
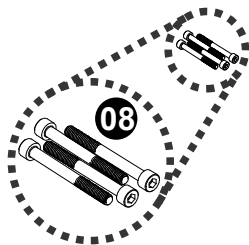
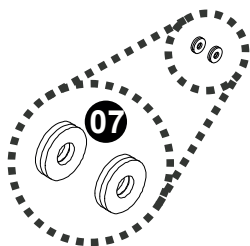
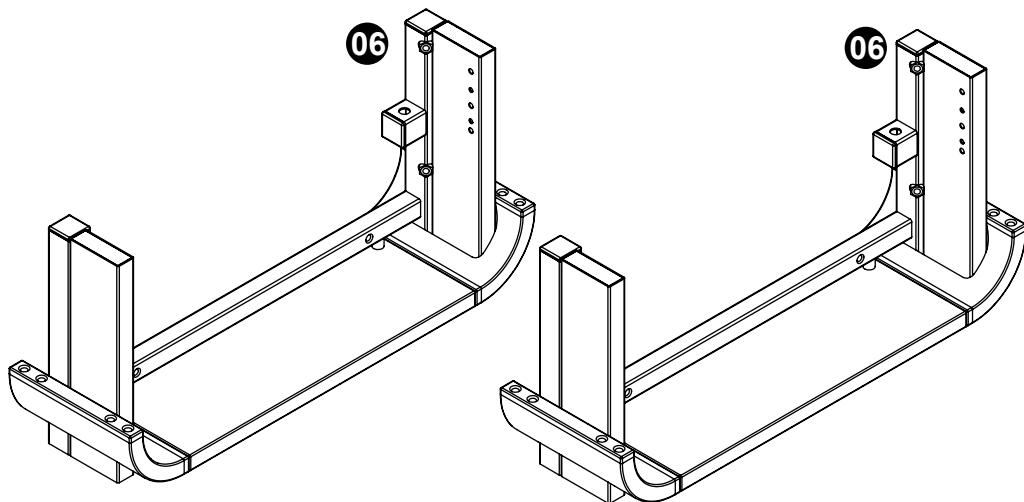
CONTEÚDO EMBALAGEM PRINCIPAL 01



|                                                |            |
|------------------------------------------------|------------|
| 01 - MONTAGEM BASE RF MW 2.0 .....             | 01 unidade |
| 02 - MONTAGEM CHASSI RF MW 2.0 .....           | 01 unidade |
| 03 - CONJUNTO LATERAIS MADEIRA RF MW 2.0 ..... | 01 unidade |
| 04 - CONJUNTO ACESSÓRIOS RF MW 2.0 .....       | 01 unidade |
| 05 - MONTAGEM BARRA PÉS RF MW 2.0 .....        | 01 unidade |



CONTEÚDO EMBALAGEM PRINCIPAL 02



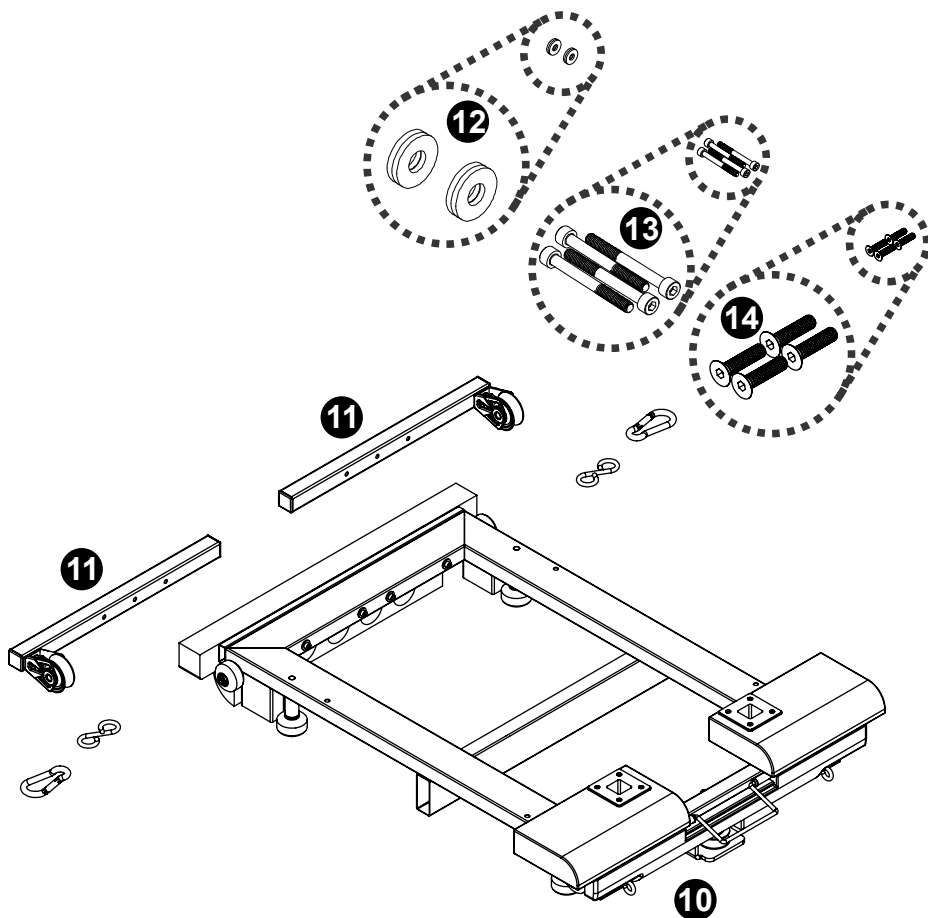
|                                         |             |
|-----------------------------------------|-------------|
| 06 - MONTAGEM PÉ RF MW 2.0 .....        | 02 unidades |
| 07 - ARRUELAS LISAS ZB 1.9X7X17MM ..... | 04 unidades |
| 08 - PARAFUSOS CL M6X60 .....           | 04 unidades |
| 09 - PARAFUSOS CH M6X60 .....           | 08 unidades |



# Reformer Wave Premium 2.0

ITEM  
03

## CONTEÚDO MONTAGEM CHASSI RF MW 2.0

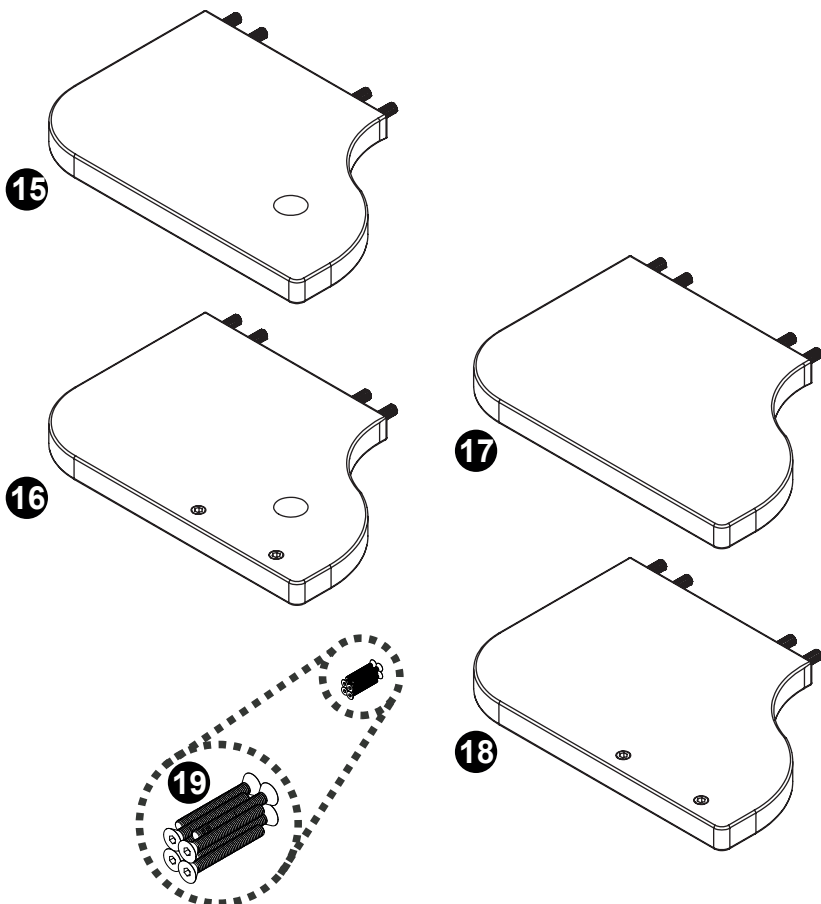


|                                            |             |
|--------------------------------------------|-------------|
| 10 - CHASSI RF MW 2.0 .....                | 01 unidade  |
| 11 - CONJUNTO HASTE MOITÃO RF MW 2.0 ..... | 02 unidades |
| 12 - ARRUELA LISA ZB 1.9X7X17MM .....      | 04 unidades |
| 13 - PARAFUSO CL M6X45 .....               | 04 unidades |
| 14 - PARAFUSO CH M6X25 .....               | 04 unidades |



ITEM  
03

CONTEÚDO CONJUNTO LATERAIS MADEIRA RF MW 2.0

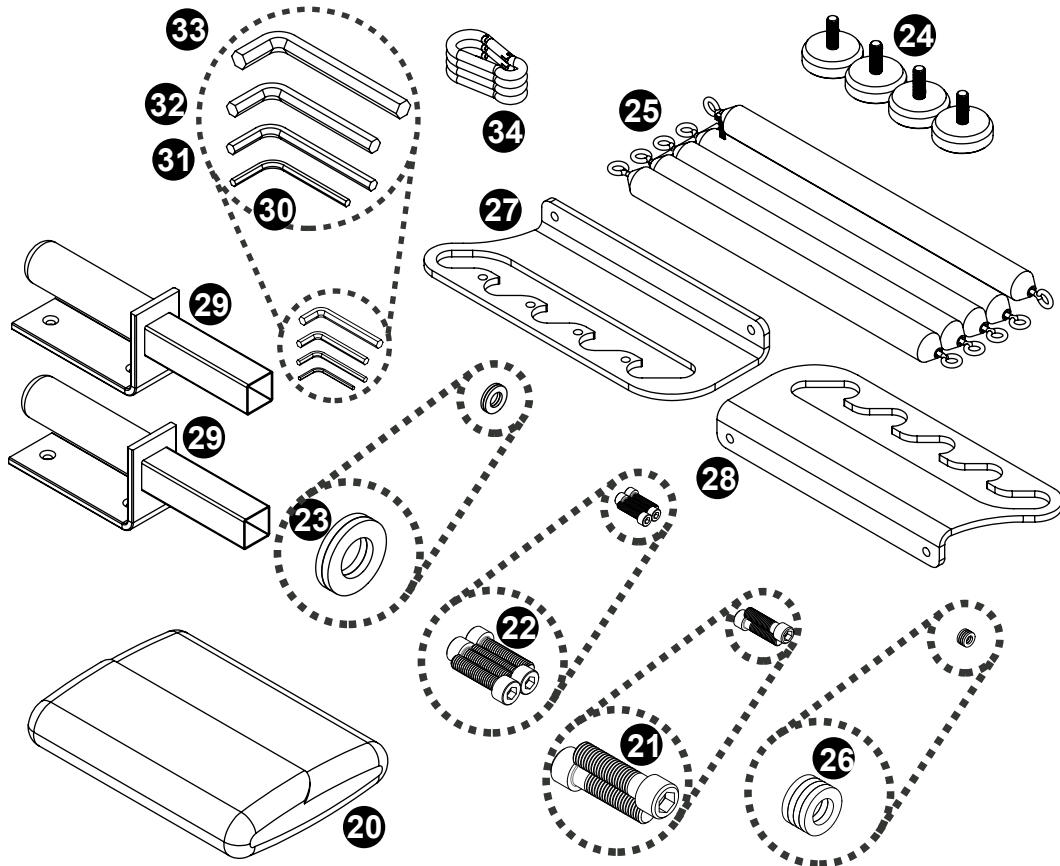


|                                         |             |
|-----------------------------------------|-------------|
| 15 - MONTAGEM LATERAL 1 RF MW 2.0 ..... | 01 unidade  |
| 16 - MONTAGEM LATERAL 2 RF MW 2.0 ..... | 01 unidade  |
| 17 - MONTAGEM LATERAL 3 RF MW 2.0 ..... | 01 unidade  |
| 18 - MONTAGEM LATERAL 4 RF MW 2.0 ..... | 01 unidade  |
| 19 - PARAFUSO CH M6X50 .....            | 08 unidades |



ITEM  
04

### CONTEÚDO CONJUNTO ACESSÓRIOS RF MW 2.0

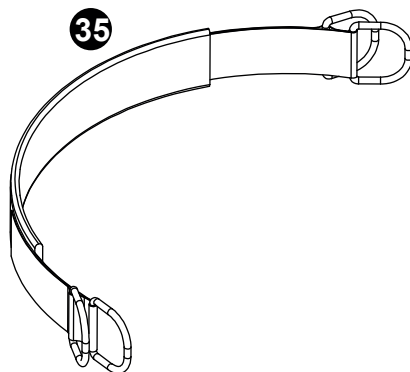
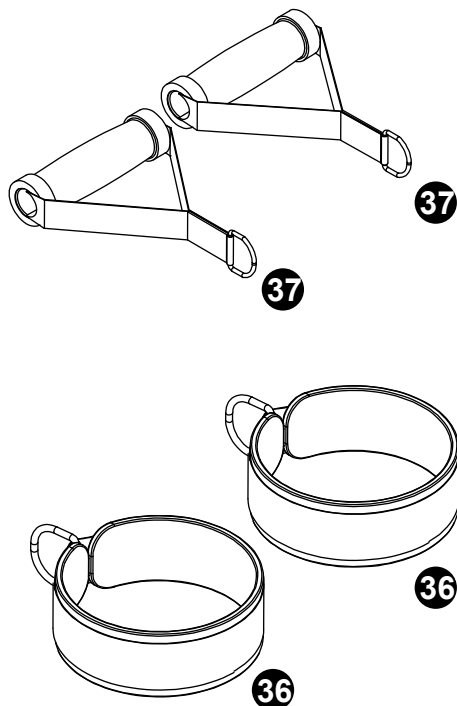


|                                                  |             |
|--------------------------------------------------|-------------|
| 20 - KIT ALÇA REFORMER MW / PLANK .....          | 01 unidade  |
| 21 - PARAFUSO CL M12 X 45 MM .....               | 02 unidades |
| 22 - PARAFUSO CL M6 X 25 MM .....                | 04 unidades |
| 23 - ARRUELA NYLON PRETA 2.5X13X24MM (M12) ..... | 02 unidades |
| 24 - PÉ NIVELADOR EMBORRACHADO M10 .....         | 04 unidades |
| 25 - KIT MOLAS RF 2012/RF MW/RF MO .....         | 01 unidade  |
| 26 - ARRUELA LISA ZB 1,8X6,6X12MM (M6) .....     | 04 unidades |
| 27 - SUPORTE BARRA APOIO 1 RF MW 2.0 .....       | 01 unidade  |
| 28 - SUPORTE BARRA APOIO 2 RF MW 2.0 .....       | 01 unidade  |
| 29 - ESTRUTURA OMBREIRA RF MW 2.0 .....          | 02 unidades |
| 30 - CHAVE ALLEN CURTA 4 .....                   | 01 unidade  |
| 31 - CHAVE ALLEN CURTA 5 .....                   | 01 unidade  |
| 32 - CHAVE ALLEN CURTA 8 .....                   | 01 unidade  |
| 33 - CHAVE ALLEN CURTA 10 .....                  | 01 unidade  |
| 34 - MOSQUETÃO TRAVA SIMPLES 8X80MM .....        | 04 unidades |



ITEM  
20

## CONTEÚDO DO KIT ALÇAS REFORMER

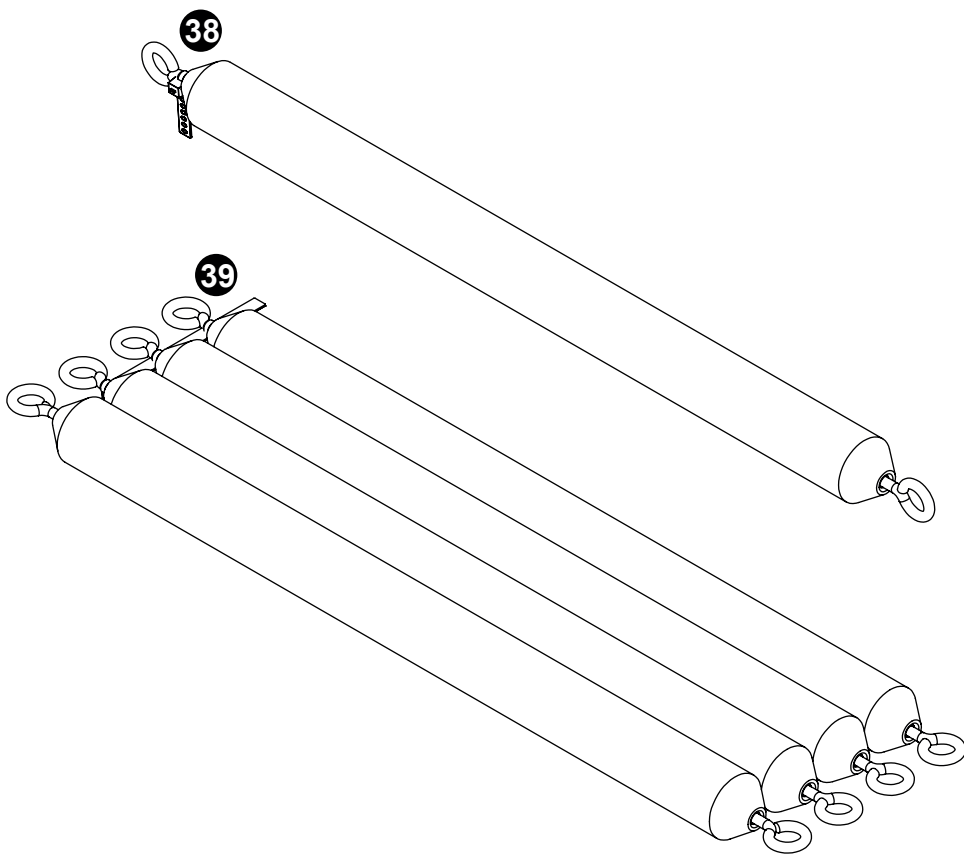


|                                |            |
|--------------------------------|------------|
| 35 - ALCA ABDOMEN MW 2.0 (UN.) | 01 unidade |
| 36 - ALCA COXA/PE (PAR)        | 01 par     |
| 37 - ALCA MAO (PAR)            | 01 par     |



ITEM  
25

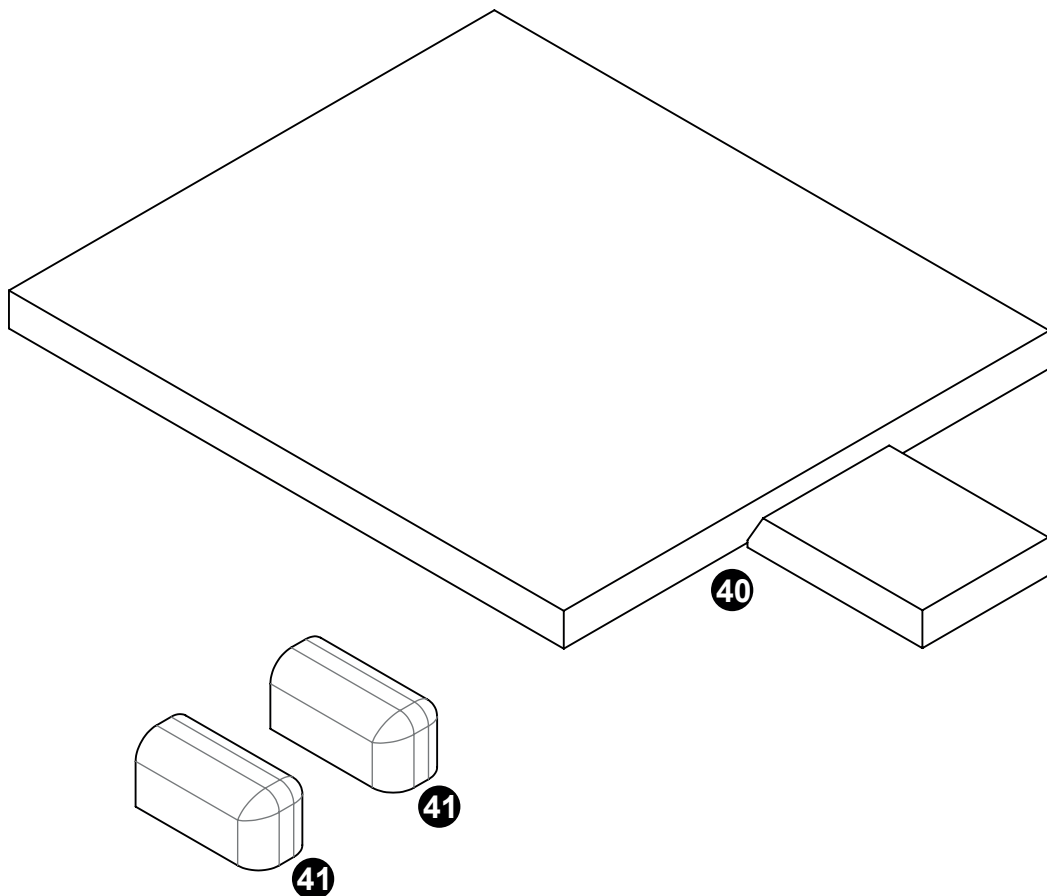
## CONTEÚDO DO KIT ALÇAS REFORMER



|                            |             |
|----------------------------|-------------|
| 38 - MOLAZUL RF .....      | 01 unidade  |
| 39 - MOLAVERMELHA RF ..... | 04 unidades |



CONTEÚDO DA EMBALAGEM ESTOFADO



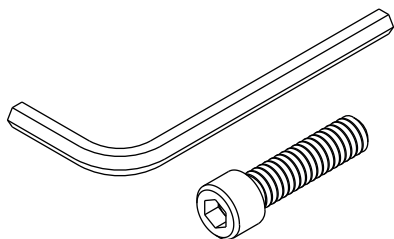


### PREPARAÇÃO PARA MONTAGEM

O Reformer deverá ser instalado e utilizado em ambiente propício para prática de pilates. Deverão ser respeitadas as seguintes características na área de instalação do equipamento:

- nivelamento adequado e estabilidade do piso;
- baixa umidade;
- proteção contra incidência de raios solares.

## Ferramentas e fixadores



Para seu conforto, a Metalife disponibiliza todas as ferramentas e fixadores necessários para realizar a montagem do seu equipamento. Guarde-as para futuras manutenções ou reposições de componentes. Certifique-se de tê-los à mão e identifique-os antes de iniciar a montagem.



**Ao longo do manual este símbolo à esquerda indicará informações de extrema importância que devem ser lidas, compreendidas e seguidas rigorosamente.**



Durante a montagem deve-se seguir corretamente as orientações contidas neste manual. O equipamento está sujeito a danos durante este processo, portanto tenha cautela ao lidar com os componentes e ferramentas.

Os danos causados pelo não cumprimento das instruções deste manual são de responsabilidade do consumidor.

Em caso de dúvidas ou dificuldades entre em contato com Assistência Técnica Metalife.



*Seguindo as orientações contidas neste manual estima-se um tempo de 40 minutos para a montagem.*

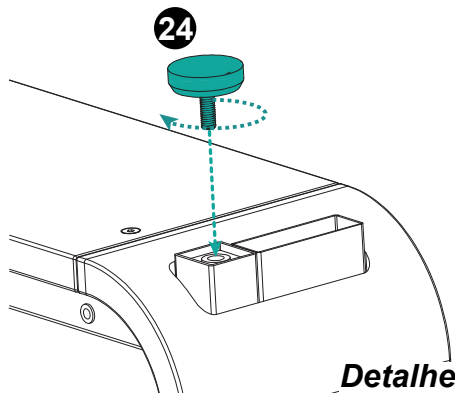
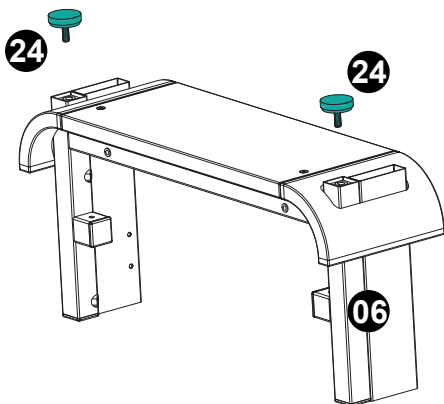


*São necessária 02 pessoas para realizar a montagem do equipamento.*



### 01

#### ENCAIXE DOS PÉS NIVELADORES

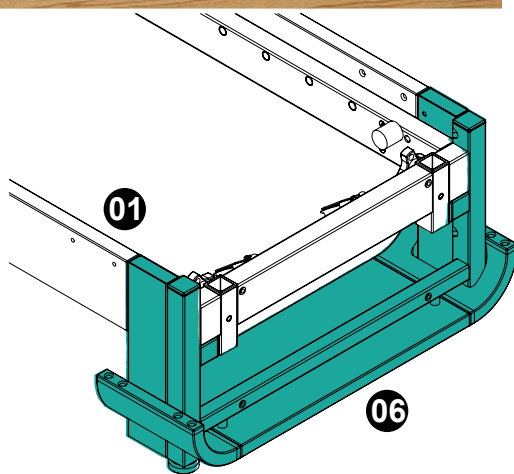
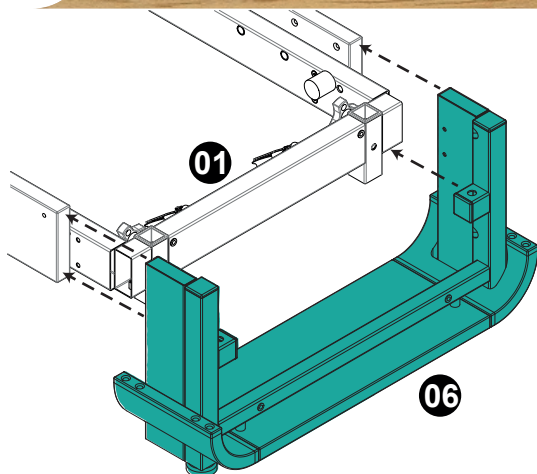


*Detalhe*

Insira os pés niveladores (24) nas roscas inferiores dos pés metálicos (06) rosqueando-os manualmente.

### 02

#### ENCAIXE DOS PÉS NO QUADRO BASE

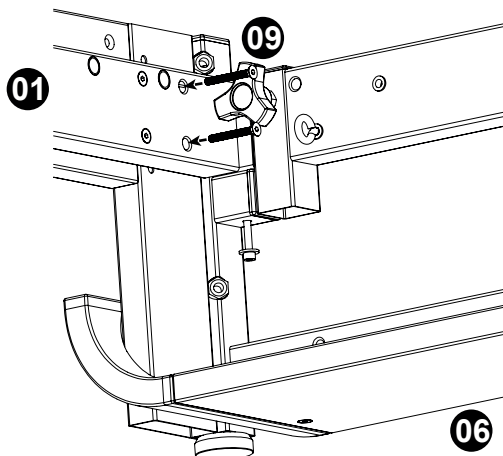


Deslize o Pé (06) para o encaixe no quadro Base (01).  
Repita o processo no outro lado.

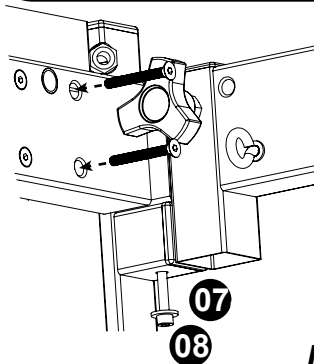


### 03

#### FIXAÇÃO DOS PÉS COM O QUADRO BASE



Aperte os parafusos com firmeza.

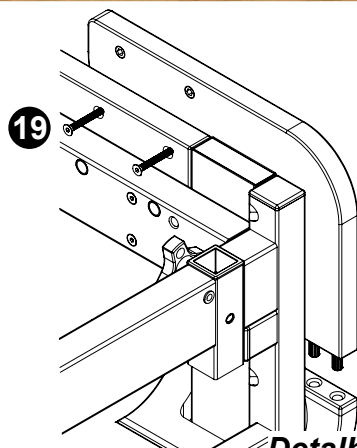
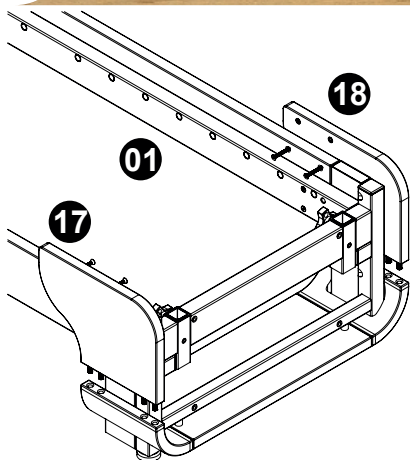


*Detalhe*

Utilizando a chave allen (30), rosqueie os parafusos (09) que unem o Quadro Base (01) com as laterais dos Pés Metálicos (06). Utilizando a chave allen (31) rosqueie os parafusos (08) com arruelas (07) que unem o Quadro Base (01) com as travessas dos Pés Metálicos (06).

### 04

#### ENCAIXE DAS LATERAIS DE MADEIRA



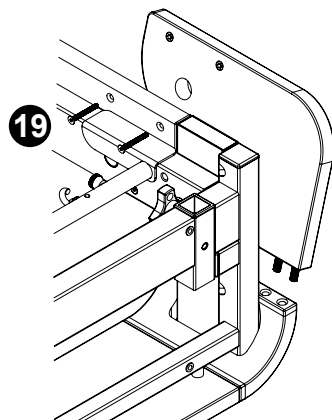
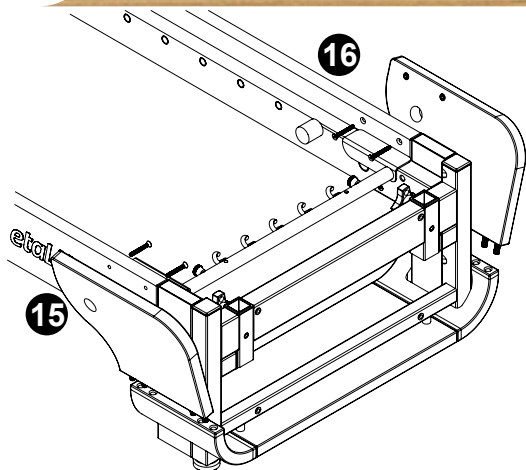
*Detalhe*

Insira a Lateral (17) nas furações nos Pés até o perfeito alinhamento entre as partes. Repita o procedimento com a Lateral (18). Fixar as peças às Longarinas do Quadro Base (01) usando os parafusos (19) e a chave allen (30).



05

### ENCAIXE DAS LATERAIS DE MADEIRA - LADO BARRA DE PÉS

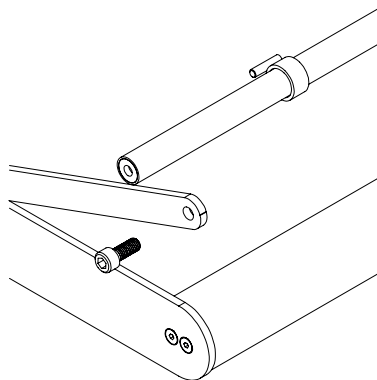
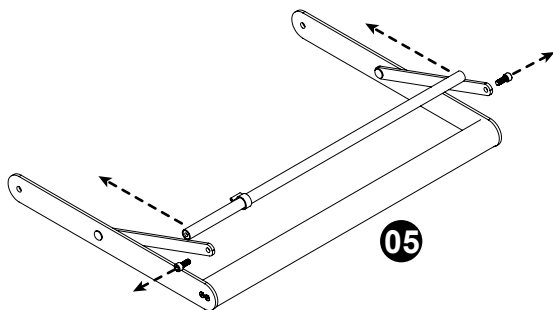


*Detalhe*

Insira a Lateral (16) em ângulo no pé (conforme Detalhe), visando desviar a peça do eixo onde será fixado a barra de pés mais adiante até o eixo ficar alinhado com o furo na superfície da peça. Repita o procedimento com a Lateral (17). Fixar as peças às Longarinas do Quadro Base (01) usando os parafusos (19) e a chave allen (30).

06

### PREPARAÇÃO PARA MONTAGEM DA BARRA DE PÉS

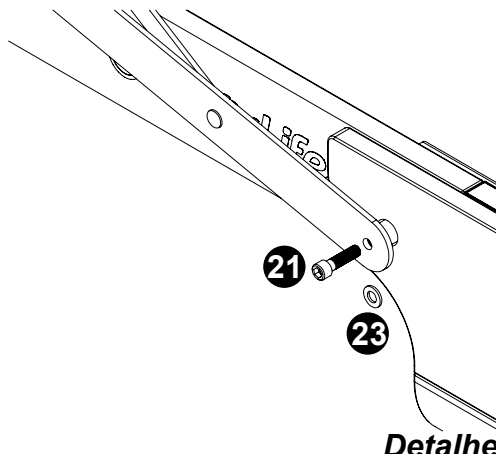
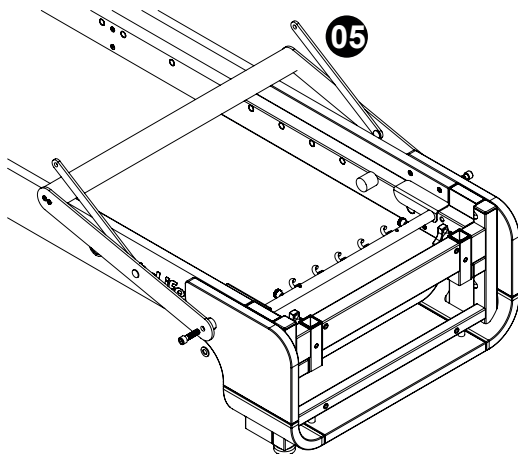


*Detalhe*

Utilizando a chave Allen (32), remova os parafusos que fixam a Barra Auxiliar às Hastes Auxiliares (conforme Detalhe). Mantenha esses itens próximos para uso na Etapa 09.

**07**

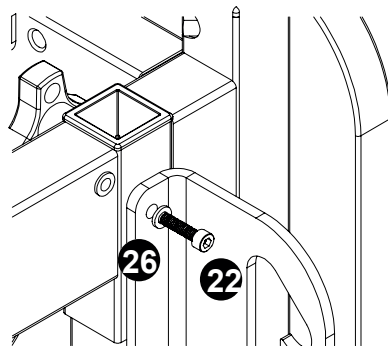
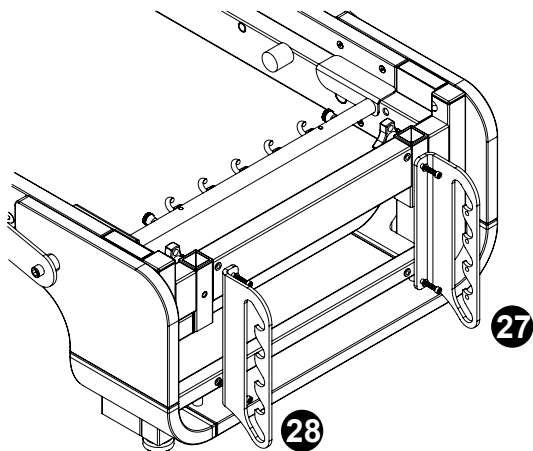
### MONTAGEM DA BARRA DE PÉS



Posicione o conjunto Barra Pés (05) conforme indicado, alinhando o furo com o eixo. Colocar a arruela (22) entre ambas e rosquear o parafuso (20) com a chave Allen (33). Repetir o processo no outro lado.

**08**

### MONTAGEM DOS SUPORTES BARRA APOIO

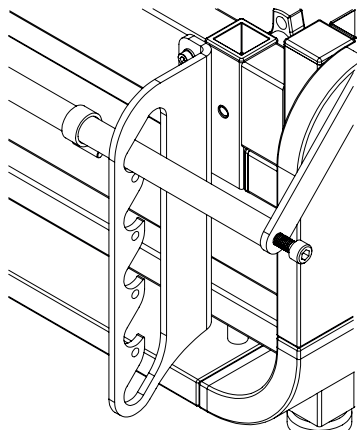
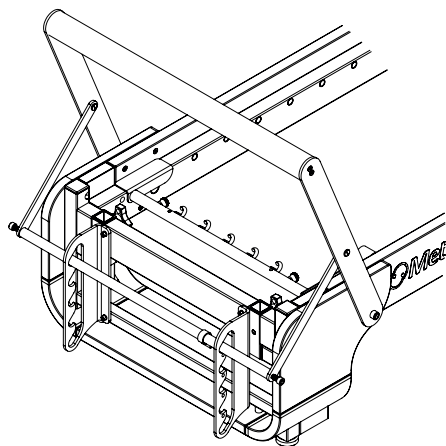


Posicione o Suporte Barra Apoio 1 (27) alinhando os furos com os rebites roscados e insira os parafusos (22) e as arruelas (26), rosqueando com a chave Allen (31). Repita o processo com o Suporte Barra Apoio 2 (28).



09

### MONTAGEM DA BARRA AUXILIAR

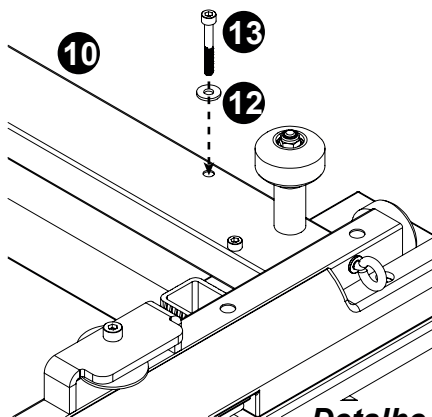
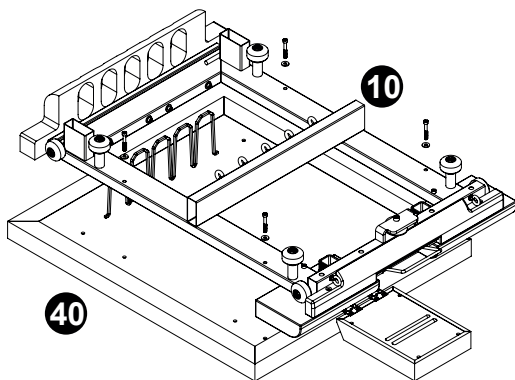


**Detalhe**

Insira a Barra Auxiliar nos Suportes Barra Apoio com a Trava, fazendo a montagem seguindo os passos inversos à etapa 06, utilizando a chave Allen (32) para prender firmemente os parafusos.

10

### MONTAGEM DO ESTOFADO DO CARRO REFORMER



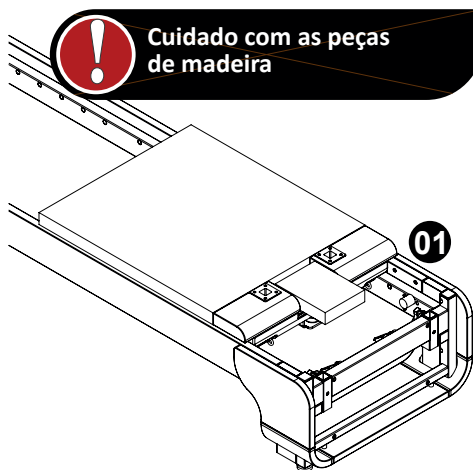
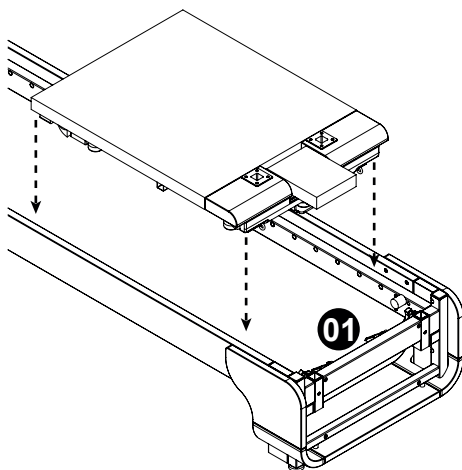
**Detalhe**

Apoie o Estofado Carro RF (40) em uma superfície firme e plana, com as furações viradas para cima. Posicione o Chassi RF (10), posicionando a cabeceira entre as bases das Ombreiras. Fixar o estofado ao Chassi RF utilizando o parafuso (13) junto da arruela (12), utilizar a chave allen (31) para o aperto dos parafusos.



### 11

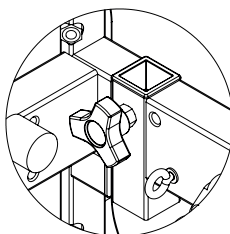
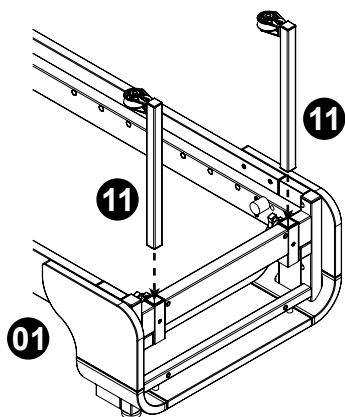
#### COLOCAÇÃO DO CARRO NO QUADRO BASE



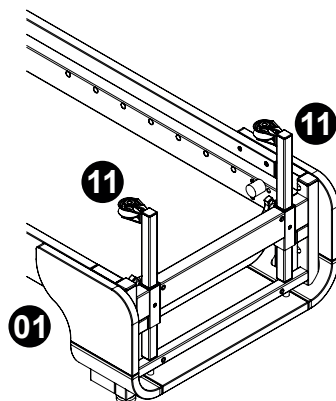
Coloque o conjunto montado na etapa anterior no Quadro Base (01) conforme indicado.

### 12

#### COLOCAÇÃO DAS HASTES MOITÃO



*Detalhe*

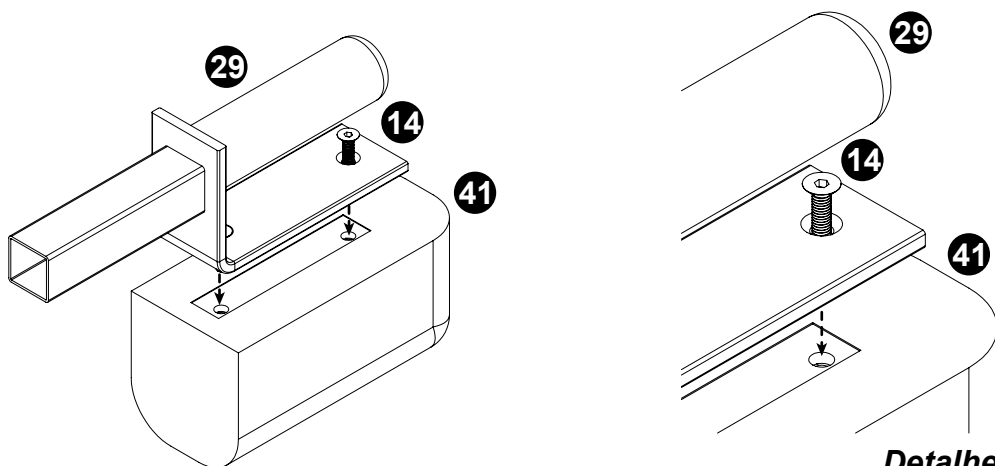


Afrouxar os manipuladores dos suportes de Haste Moitão (Detalhe) e inserir manualmente as Hastes Moitão (11), e então apertar novamente os manipuladores.



### 13

### MONTAGEM DA OMBREIRA

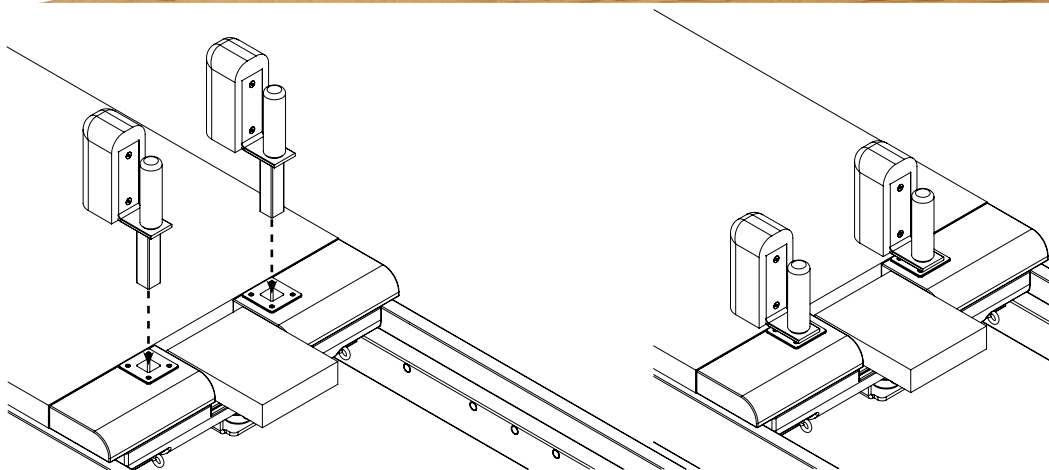


*Detalhe*

Alinhar os furos da Estrutura Ombreira (29) com as do Estofado Ombreira (40) e inserir os parafusos (14) para fixação, usar a chave Allen (30) para montagem dos parafusos.

### 14

### COLOCAÇÃO DAS OMBREIRAS

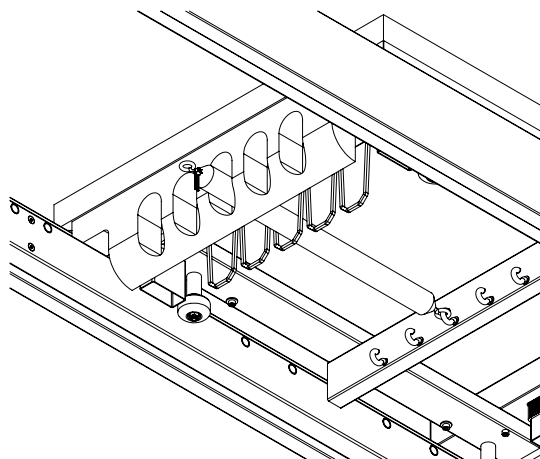
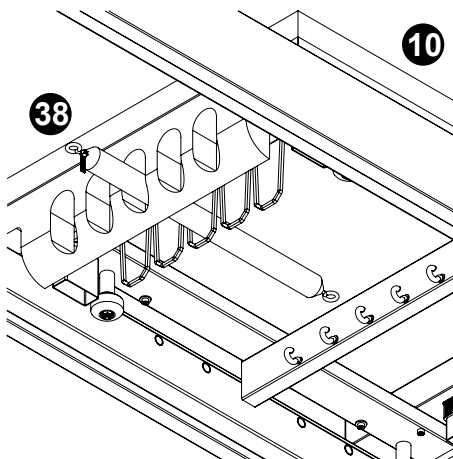


Insira as Ombreiras montadas na etapa anterior nas ponteiros plásticas com o estofado de forma que fique sobre o estofado do Carro RF, conforme ilustrado.



### 15

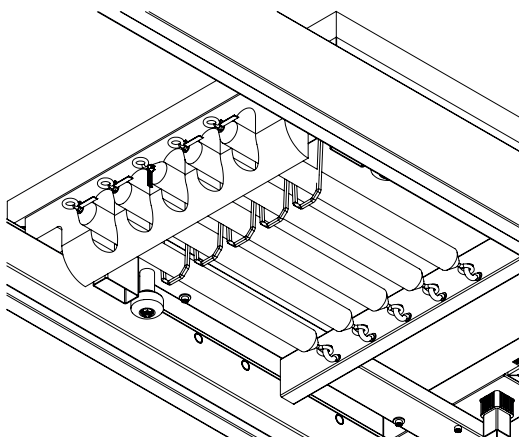
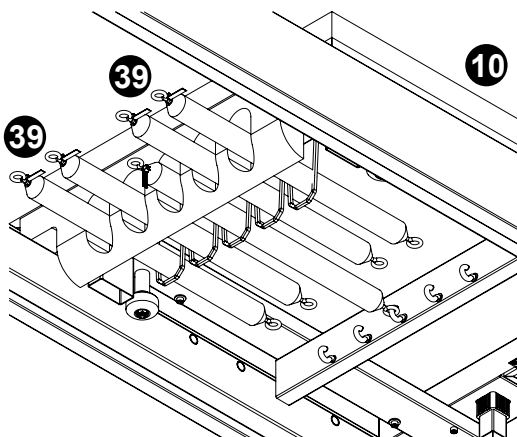
#### COLOCAÇÃO DA MOLA AZUL



Passa a mola (38) por dentro da fenda central do Suporte de Molas e prenda-a no gancho central do Carro RF.

### 16

#### COLOCAÇÃO DAS MOLAS VERMELHAS

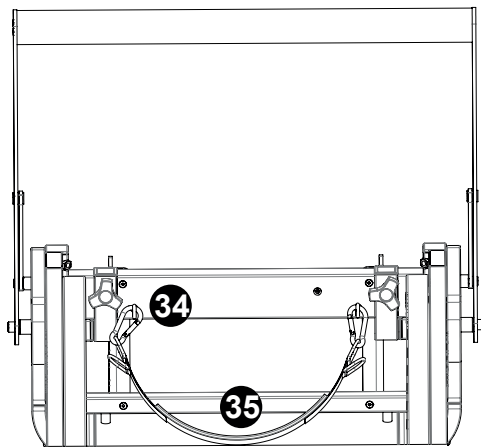
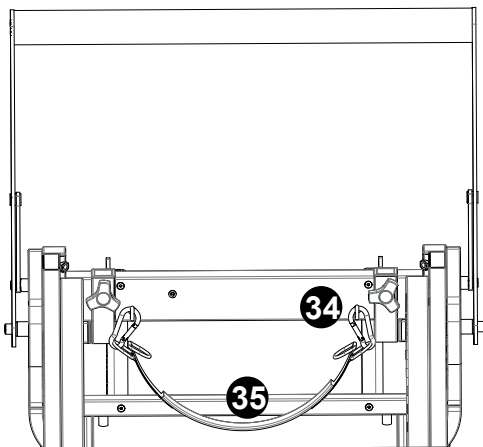


Cada uma das molas (39) passe pelas demais fendas do Suporte de Molas, prendendo-as nos demais ganchos do Carro RF.



17

MONTAGEM DA ALÇA ABDÔME



Clipe um mosquetão (34) em cada extremidade da alça abdômen (35) e então engate esses mosquetões nos olhais da soleira da estrutura.



***Metalife Indústria e Comércio de Móveis Ltda - ME***  
***Rodovia BR 280, 2147***  
***Vista Alegre, Rio Negrinho / SC***  
***CEP 89.295-000***  
***FONE: 0800 056 2467 | [www.metalifepilates.com.br](http://www.metalifepilates.com.br)***