THE VIRTÙ LINE

Montage- und Bedienungsanleitung

Pilates Chair



Produktlinie:	The Virtù Line
Geltungsbereich:	Alle Pilates-Chair-Modelle der Produktlinie
Modell, Seriennummer:	siehe Typenschild am Gerät
Version / Stand:	Rev. 1.4 · Oktober 2026
Hersteller:	Bodyfit Handels KG (Marke The Virtù Line) · Wiener Straße 190 · 4020 Linz · Austria
Kontakt:	+43 5356 90990 · info@bodyfit-shop.at · www.virtu-line.com
Konformität:	GPSR (EU) 2023/988 · 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. 6**

4 · Vernünftigerweise vorhersehbare Fehlanwendung & Restrisiken **S. 7**

5 · Sicherheitshinweise **S. 8**

6 · Lieferumfang **S. 11**

7 · Technische Daten **S. 12**

8 · Komponentenübersicht **S. 13**

9 · Auspacken, Aufstellen und Inbetriebnahme **S. 14**

10 · Bedienung & Trainingshinweise **S. 16**

11 · Wartung, Pflege und Reinigung **S. 19**

12 · Federn — Prüfung und Austausch **S. 21**

13 · Fehlerbehebung **S. 22**

14 · Transport und Lagerung **S. 23**

15 · Entsorgung **S. 24**

16 · Konformität (GPSR) **S. 25**

17 · Garantie und Gewährleistung **S. 26**

18 · Häufige Fragen (FAQ) **S. 27**

19 · Hersteller- und Kontaktinformationen **S. 28**

Anhang – Maximales Benutzergewicht je Modell **S. 29**

Sicherheits-Piktogramme — Übersicht

Die folgenden Symbole stehen nur in dieser Anleitung, nicht am Gerät, und sind verbindlich zu beachten. Nur Symbole mit Kennnummer entsprechen ISO 7010.



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



W001 — Federspannung
Gespeicherte Energie. Federn vollständig einhängen.



M065 — Kinder nur in Begleitung
Zutritt für Kinder ohne Aufsicht verboten.



Max. Benutzergewicht
Wert siehe Tabelle „Maximales Benutzergewicht je Modell“ im Anhang.



M002 — Anleitung lesen
Bedienungsanleitung vor Gebrauch vollständig lesen.



W019 — Quetschgefahr Pedal
Hände und Füße vom Pedal fern halten.



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



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 des Geräts 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 für **alle Pilates-Chair-Modelle** der Produktlinie The Virtù Line, sofern nicht ausdrücklich anders angegeben. Der Pilates Chair ist ein stationäres Pilates-Trainingsgerät mit federbelastetem Pedalmechanismus (Split-Pedal) und höhenverstellbaren vertikalen Griffstangen für ein vielseitiges Übungsspektrum aus Sitz-, Stand- und Liegepositionen. Abbildungen sind symbolisch; Abweichungen in Ausstattung und Detailausführung einzelner Chair-Modelle stellen keinen Mangel dar, sofern Funktion und Sicherheit nicht beeinträchtigt sind.

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

Das Gerät ist ein **stationäres Trainingsgerät** für Pilates-Übungen. Es ist ausschließlich vorgesehen für:

- Pilates-Training mit Pedalmechanismus und vertikalen Griffstangen im Innenraum;
- Training durch eine Person zur Zeit;
- Nutzung durch gesunde Erwachsene innerhalb des angegebenen Benutzergewichts;
- Nutzung in privaten Haushalten oder in gewerblichen Studios.

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 Zwecke – das Gerät ist kein Medizinprodukt
- Nutzung durch Kinder ohne unmittelbare Aufsicht
- Nutzung durch mehrere Personen gleichzeitig
- Klettern, Stehen oder Springen außerhalb der vorgesehenen Übungen
- Verwendung als Sitzmöbel oder Trittstufe außerhalb des Pilates-Trainings
- Nutzung im Außenbereich, in Feuchträumen oder bei nasser Standfläche
- Eigenmächtiges Umbauen, Modifizieren oder Reparieren
- Verwendung beschädigter, abgenutzter oder nicht freigegebener Ersatzteile
- Aufprallbelastung auf das Pedal (Springen)
- Überschreiten des maximalen Benutzergewichts
- Unkontrolliertes Loslassen des Pedals unter Federspannung
- Befestigen von Widerstandsbändern, Seilen, Gurten oder sonstigen Hilfsmitteln am Gerät
- Verwendung des Geräts als Stütze oder Abstützpunkt bei Dehnübungen
- Einführen von Gegenständen in Öffnungen, Führungen oder Rohrenden

Restrisiken (trotz konstruktiver Schutzmaßnahmen)

- **Quetschgefahr am Pedal:** Zwischen Pedal und Rahmen sowie am Pedal-Scharnier. Hände und Füße fern halten.
- **Gespeicherte Energie in Federn:** Sich lösende oder reißende Federn können hohe Kräfte freisetzen. Pedal kann unter Federzug zurückspringen.
- **Sturzgefahr:** Beim Aufsteigen auf den Sitz, beim Stehen auf dem Pedal oder bei Übungen mit den Griffstangen.
- **Anstoßgefahr an den vertikalen Griffstangen:** Insbesondere mit dem Kopf oder Schultern beim Hinsetzen oder Aufstehen.
- **Verletzung durch Fehlhaltung:** Bei mangelnder Technik oder Überlastung.

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, ungewöhnlichen Geräuschen oder Funktionsstörungen.
> - 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.
> - Tragen Sie geeignete, eng anliegende Sportkleidung. Lassen Sie keine losen Bänder, Schmuck oder Haare in die Nähe der Federn oder des Pedals gelangen.
> - Stellen Sie sicher, dass **alle Federn vor jedem Gebrauch vollständig und korrekt eingehängt** sind.
> - Lassen Sie das Pedal niemals unkontrolliert nach oben schnellen — kontrolliert zurückführen.

> **GEFAHR — Quetschgefahr Pedal**
>
> Das Pedal arbeitet unter Federspannung und kann beim Loslassen mit hoher Kraft zurückspringen. Halten Sie während der Bewegung des Pedals **Hände, Finger und Füße** aus dem Bewegungsbereich zwischen Pedal und Rahmen sowie aus dem Bereich des Pedal-Scharniers heraus.

5.2 Personenkreis

- Das Gerät ist für die Nutzung durch **jeweils eine Person** vorgesehen.
- Das maximale Benutzergewicht (siehe Tabelle „Maximales Benutzergewicht je Modell“ im Anhang) 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 oder Beschwerden des Bewegungsapparats: **vor dem Training ärztlichen Rat einholen**.

5.3 Gesundheitshinweis

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

5.4 Sicherheit bei Aufstellen und Montage

- Auspacken und Aufstellen durch **zwei erwachsene Personen** empfohlen — der Chair ist kompakt, aber durch den Holzrahmen schwer.
- Falls Vertikalstangen demontiert geliefert werden: Montage besonders sorgfältig, alle Schraubverbindungen handfest anziehen.
- Erst nach **vollständig abgeschlossener Montage und Sichtprüfung** in Betrieb nehmen.

5.5 Sicherheit bei Bedienung

- Bei jedem Gebrauch zuvor: Sichtprüfung von Federn, Federhaken, Pedal-Scharnier, Pedalpolstern, vertikalen Griffstangen und Schraubverbindungen.
- Wählen Sie den Federwiderstand in Ruheposition des Pedals — niemals während der Pedalbewegung.
- Beim Aufsetzen auf den Sitz oder beim Aufsteigen auf das Pedal: kontrolliert, langsam und mit beiden Händen Halt suchen.
- Übungen mit beiden Händen an den vertikalen Griffstangen: Höhe vor jeder Übung prüfen, Verriegelung der Höhenverstellung kontrollieren.
- Geringere Federspannung erhöht den Schwierigkeitsgrad und erfordert mehr Körperkontrolle.
- Springen oder Aufprallbelastungen auf das Pedal sind **nicht zulässig**.

5.6 Sicherheit bei Wartung und Reinigung

- Wartung und Federwechsel nur am **nicht in Benutzung befindlichen, unbelasteten Gerät** durchführen.
- Vor Eingriffen alle Federn lösen und sichern, sodass keine gespeicherte Energie wirkt — Pedal in Ruhestellung.
- 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 mechanischen Komponenten.

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. 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.
- 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.
- Das Typenschild am Gerät muss lesbar bleiben. Warnhinweise sind nicht am Gerät angebracht, sondern in dieser Anleitung enthalten.

6 · Lieferumfang

- Pilates-Chair-Rahmen (Holz)
- Sitzpolster auf Sitzfläche
- Pedal (Split-Pedal mit zwei Pedalpolstern)
- Pedal-Scharnier-Mechanismus
- Federsystem (Federn)
- Federhaken / Federaufnahmen
- Widerstandsverstellung
- Vertikale Griffstangen (Push Handles)
- Höhenverstellungsknöpfe + Verriegelungen für die Griffstangen
- Bodenplatte (Base Platform)
- Transporträder
- Montagewerkzeug
- Diese Bedienungsanleitung
- Modellabhängiges Zubehör — gemäß Lieferschein

Prüfung bei Anlieferung
Kontrollieren Sie den Lieferumfang sofort nach Erhalt auf Vollständigkeit und Transportschäden — insbesondere die vertikalen Griffstangen, das Pedal und die Federn. Bitte melden Sie Mängel möglichst rasch. Ihre gesetzlichen Gewährleistungsrechte bleiben unberührt.

7 · Technische Daten

Diese Anleitung gilt für **alle Pilates-Chair-Modelle** der Produktlinie The Virtù Line. Die modellspezifischen Werte (Modellbezeichnung, Maße, Eigengewicht) sind dem Produktdatenblatt zu entnehmen, Seriennummer und Baujahr dem Typenschild. Max. Benutzergewicht: siehe Tabelle „Maximales Benutzergewicht je Modell“ im Anhang.

Merkmal	Wert
Modell, Seriennummer, Maße, Eigengewicht	siehe Typenschild bzw. Produktdatenblatt
Nutzung	privat und gewerblich (Studio), siehe Abschnitt 3
Federfarben / Widerstandsstufen	Gelb / Grün (leicht) · Rot (mittel) · Blau / Schwarz (schwer) — Anzahl und Konfiguration modellabhängig
Rahmenmaterial	Holz (z. B. Birken-Multiplex) mit Metallbeschlägen
Pedalpolsterung / Sitzpolster	PVC-Bezug auf Schaumstoffkern
Vertikale Griffstangen	Edelstahl- oder Aluminium-Rohrkonstruktion, höhenverstellbar
Einsatzbereich	Innenräume, trockene Umgebung, +5 °C bis +40 °C, max. 70 % rel. Luftfeuchtigkeit
Mindestaufstellfläche	Geräteabmessung zzgl. **mindestens 0,6 m** freier Sicherheitsabstand auf jeder Seite
Mindestalter	**14 Jahre**

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

8 · Komponentenübersicht

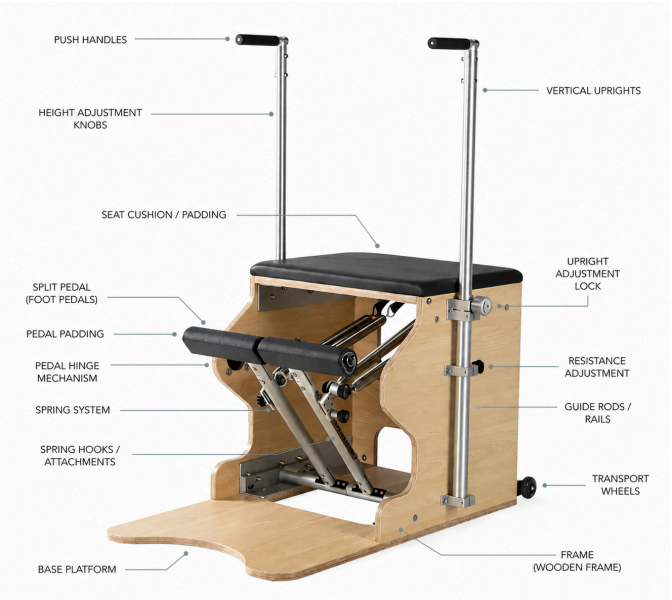


Abb. 1 — Hauptkomponenten Pilates Chair (Beispieldarstellung)

Push Handles	Griffe an den vertikalen Stangen
Vertical Uprights	Vertikale Griffstangen
Height Adjustment Knobs	Höhenverstellungsknöpfe für die Griffstangen
Upright Adjustment Lock	Verriegelung der Höhenverstellung
Seat Cushion / Padding	Sitzpolster auf der Sitzfläche
Split Pedal (Foot Pedals)	Geteiltes Pedal mit zwei Pedalpolstern
Pedal Padding	Polster auf den Pedalen
Pedal Hinge Mechanism	Pedal-Scharnier-Mechanismus
Spring System	Federsystem unter dem Sitz
Spring Hooks / Attachments	Federhaken / Federaufnahmen zur Widerstandseinstellung
Resistance Adjustment	Widerstandsverstellung
Guide Rods / Rails	Führungsstangen für den Pedalmechanismus
Frame (Wooden Frame)	Holzrahmen
Base Platform	Bodenplatte vor dem Chair
Transport Wheels	Transporträder zur Standverlagerung

9 · Auspacken, Aufstellen und Inbetriebnahme

Vor Beginn

- **2 erwachsene Personen** für Auspacken und Aufstellen einplanen — der Chair ist kompakt, durch den Holzrahmen aber schwer.
- Aufstellort vorbereiten: ebener, stabiler Boden, ausreichend Platz, bei Bedarf Schutzunterlage.
- Werkzeug bereitlegen: Schraubendreher, Inbusschlüssel (Werkzeug liegt teilweise dem Lieferumfang bei).
- Verpackung schrittweise öffnen, Bauteile sortieren und gegen den Lieferschein prüfen — bei sichtbaren Transportschäden sofort The Virtù Line oder Ihren autorisierten Händler kontaktieren.

9.1 Auspacken

1. **Sicherheitsverschlüsse der Verpackung öffnen.** Lösen Sie mit Hilfe eines Schraubendrehers die Sicherheitsverschlüsse an der Verpackung. Heben Sie den Karton sorgfältig ab — die Holzoberflächen sind empfindlich gegen Kratzer.
2. **Chair entnehmen.** Heben Sie den Chair mit zwei Personen aus der Schachtel. Setzen Sie ihn auf der Bodenplatte vorsichtig auf einen ebenen, sauberen Untergrund.
3. **Komponenten prüfen.** Entnehmen Sie alle übrigen Komponenten gemäß Lieferumfang und legen Sie sie übersichtlich aus. Prüfen Sie alle Bauteile auf Transportschäden.

9.2 Vertikale Griffstangen montieren

4. **Aufnahmen am Rahmen prüfen.** Die Aufnahmen für die vertikalen Griffstangen befinden sich seitlich am hinteren Rahmen. Reinigen Sie die Aufnahmen ggf. von Verpackungsresten.
5. **Stangen einsetzen.** Führen Sie die vertikalen Griffstangen von oben in die Aufnahmen ein. Achten Sie darauf, dass die Bohrungen für die Höhenverstellung nach vorne zeigen.
6. **Verriegelung schließen.** Schließen Sie die seitlich angebrachten Verriegelungen (Upright Adjustment Lock), um die Stangen sicher zu fixieren.
7. **Höhe einstellen.** Lösen Sie die Höhenverstellungsknöpfe (Height Adjustment Knobs), bringen Sie die Stangen auf die gewünschte Trainingshöhe und ziehen Sie die Knöpfe fest an. Beide Stangen müssen exakt gleich hoch eingestellt sein.

9.3 Federn einhängen

8. **Federn auswählen.** Wählen Sie den gewünschten Widerstand entsprechend Ihrer Trainingsstufe (siehe Abschnitt 10.2).

9. **Federn beidseitig einhängen.** Hängen Sie die Federn beidseitig in die dafür vorgesehenen Federhaken ein — eine Seite am Pedal, die andere Seite an der entsprechenden Position der Widerstandsverstellung am Rahmen. Prüfen Sie nach jeder Feder den vollständigen, gesicherten Sitz beidseitig.
10. **Sichtprüfung.** Prüfen Sie alle Federn, Federhaken und das Pedal-Scharnier auf vollständigen, festen Sitz.

> **WARNUNG — Federn vollständig einhängen**
> Eine nicht vollständig geschlossene Feder kann sich unter Last mit hoher Kraft lösen und zu schweren Verletzungen führen. Prüfen Sie **vor jeder Nutzung** alle Federn beidseitig auf vollständigen, gesicherten Sitz.

9.4 Endkontrolle vor erster Nutzung

Führen Sie systematisch eine letzte Sichtprüfung durch:

- Alle Schraubverbindungen am Holzrahmen, an den Beschlägen und an den Vertikalstangen-Aufnahmen fest angezogen?
- Alle Federn beidseitig vollständig und gesichert eingehängt?
- Pedal-Scharnier-Mechanismus leichtgängig, ohne Schleifgeräusche?
- Pedalpolster und Sitzpolster fest mit dem Rahmen verbunden?
- Vertikale Griffstangen wackelfrei und beidseitig auf gleicher Höhe verriegelt?
- Höhenverstellungsknöpfe handfest angezogen?
- Standfestigkeit auf ebener, rutschfester Fläche?
- Sicherheitsabstand von mindestens 0,6 m frei rund um das Gerät?

9.5 Erstinbetriebnahme

1. Probelauf des Pedals ohne Belastung (eine leichte Feder eingehängt) — leichtgängig, geräuscharm, kontrollierter Rückhub.
2. Vertikale Griffstangen prüfen — kein Wackeln bei Druck und Zug.
3. Nach den ersten Trainingseinheiten erneut alle Schraubverbindungen prüfen und ggf. nachziehen — Setzungen sind materialbedingt normal.

10 · Bedienung & Trainingshinweise

10.1 Auswahl des Federwiderstands

Die Federfarben kennzeichnen unterschiedliche Widerstandsstufen (modellabhängig leicht variierend):

Farbe	Widerstand	Typische Anwendung
Gelb / Grün	leicht	Anfänger, Mobility, präzise Stabilisationsübungen
Rot	mittel	Standard, Großteil der Übungen
Blau / Schwarz	schwer	Beinarbeit, Kraftübungen, fortgeschrittene Anwendungen

Grundregel: Lieber leichter starten — Technik und Kontrolle vor Belastung. Mehr Federn bedeuten nicht automatisch ein besseres Training.

VORSICHT — Widerstandswechsel nur in Ruhestellung

Federn dürfen nur in unbelastetem Zustand des Pedals — also bei vollständig nach oben geschwenktem Pedal — gewechselt oder umgehängt werden. Niemals während Pedalbewegung oder unter Last.

10.2 Höhenverstellung der Vertikalstangen

1. Höhenverstellungsknöpfe an beiden Stangen lösen.
2. Beide Stangen auf die gewünschte Höhe schieben — beide Seiten exakt gleich.
3. Höhenverstellungsknöpfe handfest anziehen.
4. Vor Beginn des Trainings: Stangen kurz mit beiden Händen prüfen — kein Wackeln, kein Spiel.

10.3 Auf- und Absteigen

1. **Aufsetzen auf den Sitz:** kontrolliert, mit beiden Händen Halt an den Vertikalstangen oder am Rahmen suchen.
2. **Aufsteigen auf das Pedal:** nur in Ruhestellung des Pedals; Pedal kontrolliert mit dem Fuß führen, niemals fallen lassen.
3. **Absteigen:** in umgekehrter Reihenfolge.
4. **Pedal nach Trainingsende** kontrolliert nach oben in die Ruhestellung führen — niemals frei zurückspringen lassen.

10.4 Hinweise zum Training

- Pilates-Training basiert auf **kontrollierten, präzisen Bewegungen**. Trainieren Sie langsam und bewusst.

- Verwenden Sie das Gerät ausschließlich für **offiziell anerkannte Pilates-Übungen**.
- Lassen Sie sich vor der ersten Nutzung von einer **qualifizierten Pilates-Trainerin / einem qualifizierten Trainer** einweisen.
- Achten Sie auf saubere Ausführung — nie ruckartig.
- Nach Trainingsende: Pedal in Ruhestellung, Federn auf gewünschter Position belassen oder in Grundstellung umhängen, Zubehör verstauen.

10.5 Trainingskleidung

- Tragen Sie **eng anliegende, atmungsaktive Sportkleidung**. Weite oder lose Kleidung, Bänder, Kordeln, Schals und Schmuck können sich in beweglichen Teilen 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.

10.6 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, ohne Gerät oder bei geringstem Widerstand):

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 **geringem Widerstand** und kleinem Bewegungsumfang beginnen.

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.

10.7 Beanspruchte Muskelgruppen

Beim Training an diesem Gerät 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 **neutrale Wirbelsäulenposition**: kein Hohlkreuz, kein Rundrücken. Strecken Sie die Beine nicht vollständig durch, sondern behalten Sie in der Endposition eine leichte Beugung im Knie- und Ellbogengelenk.

10.8 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 Widerstand 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

Bauteil	Intervall	Maßnahme
Schraubverbindungen am Rahmen, an den Beschlägen und an den Vertikalstangen	vor jeder Nutzung (sichtprüfen) / monatlich (nachziehen)	Festen Sitz prüfen, ggf. nachziehen
Federn	vor jeder Nutzung (sichtprüfen) / privat: spätestens alle **2 Jahre**, gewerblich: **einmal jährlich**	Sichtprüfung; bei Schaden oder Ablauf: ersetzen
Federhaken / Federaufnahmen	monatlich	Auf Verformung, Verschleiß und festen Sitz prüfen
Pedal-Scharnier-Mechanismus	halbjährlich	Reinigen, sparsam mit Silikonspray schmieren
Pedalpolster, Sitzpolster	nach jeder Nutzung	Mit feuchtem Mikrofasertuch reinigen
Vertikale Griffstangen, Höhenverstellungsknöpfe	monatlich	Festen Sitz prüfen, Verriegelungen kontrollieren
Transporträder	halbjährlich	Auf Leichtgängigkeit prüfen

11.2 Reinigung

- Polsterungen: weiches Tuch, milde Seifenlösung, anschließend mit klarem Wasser nachwischen, vollständig trocknen lassen.
- Holzrahmen: trockenes oder leicht angefeuchtetes Tuch — kein stehendes Wasser, kein Imprägnierspray.
- Metallteile: trockenes Tuch, bei Bedarf milde Seifenlösung.
- **Verboten:** Lösungsmittel, alkoholhaltige Reiniger, Desinfektionsmittel, Scheuermittel — sie zerstören Polster, Holzoberfläche und Beschichtung und können Garantieansprüche ausschließen.

11.3 Schmierung

> **Nur Silikonschmiermittel verwenden**
> Pedal-Scharnier und Führungsstangen sparsam mit Silikonspray schmieren. Kein Öl, kein Fett, keine Nassschmierstoffe. Überschüssiges Schmiermittel mit sauberem Tuch entfernen.

12 · Federn — Prüfung und Austausch

Federn sind **sicherheitsrelevante Verschleißteile**. Sie sind regelmäßig zu kontrollieren und bei privater Nutzung spätestens alle **2 Jahre** und bei gewerblicher Nutzung **einmal jährlich** zu ersetzen.

12.1 Prüfkriterien (im ungespannten Zustand)

- Lücken zwischen den Windungen
- Knicke, Verformungen, Materialermüdung
- Korrosion, Roststellen
- Beschädigte Aufhängungen / Haken

> **GEFAHR — Federbruch unter Last**
> Eine während des Gebrauchs reißende Feder kann zu schweren Verletzungen führen. Bei festgestellten Schäden Nutzung sofort einstellen und Feder unverzüglich ersetzen.

12.2 Austausch

1. Gerät außer Betrieb nehmen, Pedal in Ruhestellung (vollständig oben).
2. Alte Feder beidseitig vollständig vom Federhaken bzw. von der Pedal-Aufhängung lösen — keine Spannung auf der Feder.
3. Neue Feder ausschließlich an den dafür vorgesehenen Haken einhängen.
4. Vollständig geschlossenen, sicheren Sitz beidseitig prüfen.
5. Funktionsprobe ohne Belastung (Pedal langsam mit der Hand führen).

> **Nur Originalfedern verwenden**
> Verwenden Sie ausschließlich Originalfedern oder von The Virtù Line freigegebene Ersatzfedern. Die Verwendung nicht freigegebener Federn führt zum Erlöschen der Garantie und stellt eine Sicherheitsgefahr dar.

13 · Fehlerbehebung

Problem	Mögliche Ursache	Abhilfe
Pedal läuft schwergängig oder ruckelt	Schmutz im Scharnier; fehlende Schmierung	Scharnier reinigen, sparsam mit Silikonspray schmieren
Quietschende Geräusche am Pedal	Fehlende Schmierung am Scharnier oder an den Führungsstangen	Sparsam mit Silikonspray schmieren
Pedal kommt nicht vollständig in Ruhestellung zurück	Federspannung zu gering; Feder nicht korrekt eingehängt	Federn prüfen, ggf. stärkere Feder einhängen
Vertikale Griffstangen wackeln	Höhenverstellungsknöpfe nicht festgezogen; Verriegelung nicht geschlossen	Knöpfe handfest anziehen, Verriegelung schließen
Feder rutscht aus der Aufhängung	Feder nicht vollständig eingehängt; Haken verschlissen	Sofort Nutzung einstellen — Feder/Federhaken prüfen, ggf. ersetzen
Sitz wackelt	Schraubverbindungen am Sitz gelockert	Schraubverbindungen nachziehen
Pedalpolster löst sich	Befestigung gelockert	Polsterbefestigung prüfen, ggf. nachziehen oder Pedalpolster ersetzen

14 · Transport und Lagerung

- Vor jedem Bewegen: Federn lösen oder sichern, Pedal in Ruhestellung, vertikale Griffstangen ggf. demontieren.
- Nutzen Sie die Transporträder zur Standverlagerung — Chair hinten leicht anheben, auf den Rädern rollen. Für längere Transportwege das Gerät tragen (zu zweit) oder gesichert verpacken.
- **Bodenschutz beim Verschieben:** Auf empfindlichen Böden (Parkett, Dielen, Laminat, Vinyl) den Transportweg mit Karton, Filzgleitern oder einer Schutzmatte auslegen, um Kratzer und Druckstellen zu vermeiden.
- Gerät nur an stabilen Rahmenteilen anheben — niemals an Pedal, Federn, Vertikalstangen oder Sitzpolster.
- Lagerung in trockenen Innenräumen, vor direkter Sonne und Wärmequellen geschützt; Holzrahmen **nicht** in der Nähe von Heizkörpern, Klimaanlagen oder Kaminen aufstellen.
- Bei längerem Nichtgebrauch: Federn entlasten und mit Stoffbezug abdecken.
- Lagerort so wählen, dass eine **unbefugte Nutzung durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen** ist.
- Nach jedem Standortwechsel: ebener und fester Stand sowie Sicherheitsabstände gemäß Abschnitt 5.7 erneut prüfen.

15 · Entsorgung

Das Gerät und seine Verpackung dürfen nicht über den Hausmüll entsorgt werden. Beachten Sie die nationalen Vorschriften.

15.1 Verpackung

- Karton, Papier: Altpapier-Sammlung.
- Kunststofffolien, Polster: Kunststoffsammlung.
- Holz (Verpackungsholz): Holz-Recyclingstellen oder kommunaler Sperrmüll. Beachten Sie die nationalen Vorgaben Ihres Landes zur Verpackungsholz-Entsorgung.

Die Verpackung wurde durch ein lizenziertes Sammel- und Verwertungssystem im jeweiligen EU-Mitgliedstaat entpflichtet (Beispiele: ARA/ERA in Österreich, ZSVR/LUCID in Deutschland, Citeo in Frankreich, CONAI in Italien, Ecoembes in Spanien). Bitte entsorgen Sie die Verpackungsmaterialien gemäß den örtlichen Vorschriften.

15.2 Gerät

- **Holzteile** (Rahmen, Bodenplatte): Holz-Recycling oder kommunaler Sperrmüll.
- **Metallteile** (vertikale Griffstangen, Federn, Beschläge, Schrauben): Metall-Recycling.
- **Polsterung** (PVC mit Schaumstoff): Kunststoff-Sammlung; bei Verbund-Material in den Restmüll.

> **Kein Elektrogerät**
> Dieses Produkt enthält **keine elektrischen oder elektronischen Komponenten** und unterliegt nicht der Elektroaltgeräte-Verordnung (WEEE / EAG-VO).

16 · Konformität (GPSR)

Das Gerät ist **rein muskelbetrieben** (kein Motor, keine Elektronik) und damit **keine Maschine** im Sinne der Maschinenrichtlinie 2006/42/EG; es trägt daher **keine CE-Kennzeichnung**. Maßgebliche Rechtsgrundlage ist die GPSR (EU) 2023/988. Eine **GPSR-Konformitätserklärung** für die Produktlinie wird auf Anfrage kostenlos zur Verfügung gestellt.

Angewendete Rechtsvorschriften und herangezogene Normen (Stand der Technik):

- Allgemeine Produktsicherheitsverordnung (EU) 2023/988 (GPSR)
- EN ISO 12100 — Risikobeurteilung
- EN IEC/IEEE 82079-1 — Erstellung von Nutzungsinformationen

17 · Garantie und Gewährleistung

Es gelten die gesetzliche Gewährleistung sowie die freiwillige Garantie von The Virtù Line (Bodyfit Handels KG) nach den Garantiebestimmungen in der jeweils gültigen Fassung. Sie finden sie unter virtu-line.com/pages/garantie-gewahrleistung. Die gesetzlichen Gewährleistungsrechte bleiben durch die Garantie unberührt. Garantie- und Gewährleistungsfälle melden Sie bitte an info@bodyfit-shop.at.

18 · Häufige Fragen (FAQ)

Was ist ein Pilates Chair?
Ein Pilates Chair ist ein kompaktes, stationäres Trainingsgerät mit federbelastetem Pedal und höhenverstellbaren vertikalen Griffstangen. Er ermöglicht ein vielseitiges Übungsspektrum aus Sitz-, Stand- und Liegepositionen — mit deutlich kleinerem Platzbedarf als ein Reformer.

Ist der Chair für Anfänger geeignet?
Grundlegende Übungen sind für Anfänger geeignet, sollten aber unter Anleitung erlernt werden. Fortgeschrittene Stand- und Standwaageübungen erfordern Erfahrung und sollten zunächst unter Aufsicht trainiert werden.

Wie stelle ich den richtigen Federwiderstand ein?
Abhängig von Übung, Trainingsziel, Körpergewicht und Erfahrung. Grundregel: lieber leichter starten, Technik und Kontrolle vor Belastung. Federn nur in Ruhestellung des Pedals umhängen.

Wie viel Platz brauche ich für den Chair?
Geräteabmessungen plus mindestens 0,6 m Sicherheitsabstand auf jeder Seite. Genaue Maße siehe Produktdatenblatt. Der Chair ist deutlich platzsparender als andere Pilates-Großgeräte.

Kann ich den Chair alleine zu Hause benutzen?
Ja, mit entsprechender Einweisung. Für Einsteiger werden mindestens einige betreute Einheiten empfohlen.

Wie laut ist der Chair in Betrieb?
Bei sauberer Wartung leise. Geräusche entstehen meist durch fehlende Schmierung am Pedal-Scharnier oder gelockerte Schraubverbindungen — regelmäßig prüfen.

Wie oft sollte ich trainieren?
2–3 Einheiten pro Woche sind typisch. Tägliche Nutzung ist möglich, sofern Intensität variiert wird.

Muss ich Schuhe tragen?
Nein. Pilates wird barfuß oder mit Anti-Rutsch-Socken trainiert.

Was tun, wenn das Pedal ruckelt oder schwergängig ist?
Pedal-Scharnier reinigen, Führungsstangen prüfen, sparsam mit Silikonspray schmieren. Siehe Abschnitt 13 — Fehlerbehebung.

Gibt es Kontraindikationen?
Ja, z. B. akute Bandscheibenvorfälle, frische Operationen, schwere Gelenkinstabilitäten, Gleichgewichtsstörungen. Vor Trainingsbeginn ärztlich oder therapeutisch abklären.

Ist Schwangerschafts-Training möglich?
Nur nach individueller ärztlicher Freigabe und unter Anleitung einer pränatal geschulten Trainerin / eines Trainers.

19 · Hersteller- und Kontaktinformationen

Hersteller:
Bodyfit Handels KG (Marke 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. Federn, Pedale, Griffe, Polsterung) 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.

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

Version Rev. 1.4 · Stand Oktober 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.

Anhang – Maximales Benutzergewicht je Modell

Modell	max. Benutzergewicht
AVENA	150 kg
CORDA	150 kg
LUPO	150 kg
MASSO	150 kg
NOCE NERA Chair	150 kg
OLMO	150 kg
RAMINA	150 kg
RIFLESSO	150 kg
SASSO	150 kg
SCIA	150 kg
SILVA	150 kg
SPIGA	150 kg

Das maximale Benutzergewicht darf nicht überschritten werden.