THE VIRTÙ LINE

THE VIRTÙ LINE

Montage- und Bedienungsanleitung

TENSIONE Superformer



Produktlinie:	The Virtù Line
Modell:	TENSIONE Superformer
Seriennummer & Baujahr:	siehe Typenschild am Gerät
Version / Stand:	Rev. 1.5 · 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 · Montage — Schritt-für-Schritt-Bildanleitung **S. 14**

10 · Inbetriebnahme, Bedienung & Trainingshinweise **S. 19**

11 · Wartung, Pflege und Reinigung **S. 22**

12 · Federn, elastische Bänder & Karabiner — Prüfung und Austausch **S. 24**

13 · Fehlerbehebung **S. 26**

14 · Transport und Lagerung **S. 27**

15 · Entsorgung **S. 28**

16 · Konformität (GPSR) **S. 29**

17 · Garantie und Gewährleistung **S. 30**

18 · Häufige Fragen (FAQ) **S. 31**

19 · Hersteller- und Kontaktinformationen **S. 33**

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.



M002 — Anleitung lesen
Bedienungsanleitung vor Gebrauch vollständig lesen.



W001 — Gespeicherte Energie
Federn und elastische Bänder vollständig sichern.



W019 — Quetschgefahr
Hände, Finger und Füße fern halten. Besonders am Klappgelenk.



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



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



Max. Benutzergewicht 250 kg
Pro Trainingsperson, einschließlich Bekleidung und Zubehör.



Nur Innenräume
Verwendung ausschließlich in trockenen Innenräumen.

1 · Einleitung und Hinweise zu diesem Dokument

Diese Originalbetriebsanleitung enthält alle Informationen, die für eine sichere Montage, Inbetriebnahme, Bedienung, Wartung und Entsorgung des **TENSIONE Superformer** 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 ausschließlich für das Modell **TENSIONE Superformer** der Produktlinie The Virtù Line. Es handelt sich um einen **Superformer mit zwei separat fahrbaren Schlitten, Push-Through-Bars mit Schaumstoff-Bügeln, klappbarem Aluminium-Stahl-Rahmen, integriertem Pulley-System mit Karabiner-Einhängung sowie kombinierter Federn- und Elastikband-Tension**.

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

Der TENSIONE Superformer ist ein **stationäres Trainingsgerät** für Pilates- und reformerbasierte Ganzkörperübungen. Er ist ausschließlich vorgesehen für:

- Pilates- und Reformer-Training im Innenraum;
- Training durch **eine Person zur Zeit** — das Gerät ist trotz der zwei Schlitten kein Mehrpersonen-Gerät;
- Nutzung durch gesunde Erwachsene innerhalb des angegebenen Benutzergewichts (max. **250 kg**);
- Nutzung im gewerblichen Studio (Studio-/kommerzieller Bereich) sowie im hochwertigen Heimbereich.

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 (auch nicht ein Trainer + ein Klient auf je einem Schlitten)
- Nutzung im Außenbereich, in Feuchträumen oder bei nasser Standfläche
- Eigenmächtiges Umbauen, Modifizieren oder Reparieren
- Verwendung beschädigter, abgenutzter, geknickter oder nicht freigegebener Ersatzfedern, -bänder, -seile oder -karabiner
- Karabiner mit defektem Schraubverschluss oder ohne sichtbare Federfunktion
- Springen oder Stoßbelastung auf den Schlitten
- Überschreiten des maximalen Benutzergewichts (250 kg)
- Lasten an Push-Through-Bars hängen
- Nutzung als Spielgerät, Sitzmöbel oder Ablage
- Klappen, Aufstellen oder Verstellen des Klappgelenks während Personen am Gerät sind
- Befestigen von Widerstandsbändern, Seilen, Gurten oder sonstigen Hilfsmitteln am Gerät
- Verwendung des Geräts als Stütze oder Abstützpunkt bei Dehnübungen
- Einführen von Gegenständen in Öffnungen, Schienen, Führungen oder Rohrenden

Verbleibende Restrisiken (nicht vollständig ausschließbar):

- **Gespeicherte Energie** in den Federn und elastischen Bändern — bei Riss oder unsachgemäßer Aushängung kann es zu schlagartigem Rückschnellen kommen.
- **Quetschgefahr** an den Schienen, am zentralen Klappgelenk, an den Push-Through-Bars sowie zwischen Schlitten und Endanschlag.
- **Sturz- und Rutschgefahr** bei nicht eingehängten Federn, beim Auf- oder Absteigen sowie bei stehenden Übungen auf den Schlitten-Plattformen.
- **Karabiner-Lösung** bei nicht vollständig zugeschraubtem Schraubverschluss.

5 · Sicherheitshinweise

GEFAHR — Quetschgefahr am Klappgelenk
Der TENSIONE Superformer verfügt über ein zentrales Klappgelenk im Rahmen. Beim Auseinander- oder Zusammenklappen besteht hohe Quetschgefahr für Finger, Hände und Füße. Klapparbeiten dürfen **niemals durchgeführt werden, während eine Person auf dem Gerät trainiert**. Halten Sie während des Klappens alle Körperteile außerhalb des Gelenkbereichs.

WARNUNG — Gespeicherte Energie in Federn und elastischen Bändern
Stellen Sie vor jeder Nutzung sicher, dass **alle Federn an beiden Enden vollständig und sicher eingehängt** sind und dass die **Karabiner-Schraubverschlüsse handfest verschlossen** sind. Eine nicht vollständig geschlossene Feder oder ein offener Karabiner kann sich mit hoher Kraft lösen und schwere Verletzungen verursachen.

WARNUNG — Aufstellung und Transport
Das Gerät hat ein **Eigengewicht von ca. 180 kg**. Aufstellung, Transport und Klapparbeiten dürfen ausschließlich durch **zwei körperlich geeignete Personen** erfolgen. Personen mit Rücken- oder Bewegungseinschränkungen sind hiervon ausgenommen.

Allgemeine Sicherheitsregeln

- Pilates-Training setzt eine grundlegende körperliche Belastbarkeit voraus. Bei bestehenden Erkrankungen, Beschwerden des Bewegungsapparates, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, neurologischen Erkrankungen, nach Operationen oder bei Schwangerschaft holen Sie vor Beginn des Trainings **ärztlichen Rat** ein.
- Das Pilates-Training ersetzt **keine** medizinische Behandlung oder Therapie.
- Beenden Sie das Training sofort bei Brustschmerzen, Schwindel, Atembeschwerden, Schwäche oder Unwohlsein.
- Lassen Sie sich vor der ersten Nutzung durch eine qualifizierte Fachperson einweisen.
- Verwenden Sie das Gerät ausschließlich für die vorgesehenen Übungen.
- Benutzen Sie das Gerät nicht bei Anzeichen von Abnutzung, Beschädigung oder Fehlfunktion. Wenden Sie sich an The Virtù Line oder Ihren autorisierten Händler.
- Versuchen Sie nicht, das Gerät eigenständig zu reparieren oder zu verändern.
- Halten Sie Körper, Kleidung, Schmuck und Haare fern von beweglichen Teilen — insbesondere von Schlitten, Schienen, Pulleys und Klappgelenk.
- Passen Sie Federspannung, Schulterpolsterposition und Schlittenstopper an Ihre Körpergröße und Erfahrung an.
- Halten Sie rund um das Gerät einen freien Sicherheitsabstand von mindestens **0,6 m je Seite** sowie freien Lauf der Schlitten in Längsrichtung ein.

- Das Gerät muss auf einem **ebenen, stabilen und rutschfesten Untergrund** stehen.
- Bei Nichtbenutzung Schlitten mit mindestens einer Feder sichern, um unkontrolliertes Wegrollen zu verhindern.
- Beim Aufsteigen zuerst einen Fuß auf die Plattform, dann den zweiten Fuß auf den Schlitten setzen. Beim Absteigen umgekehrt.
- **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.

Besondere Sicherheitsregeln für den TENSIONE Superformer

- **Karabiner-Pflichtkontrolle:** Vor jeder Nutzung jeden eingesetzten Karabiner per Sichtkontrolle prüfen — Schraubverschluss vollständig zugedreht, Federfunktion vorhanden, keine sichtbaren Risse oder Verformungen.
- **Doppel-Schlitten:** Auch wenn das Gerät zwei Schlitten besitzt, ist es als Einzeltrainingsgerät konstruiert. Beide Schlitten dürfen **nicht gleichzeitig von zwei Personen** belastet werden.
- **Klappmechanik:** Wird der Rahmen geklappt (z. B. zum Transport), muss das Gerät **vollständig entlastet** sein — alle Federn, Bänder und Pulleys ausgehängt, beide Schlitten in Endposition gesichert.
- **Pulley-Verstellplatte:** Karabiner sind ausschließlich in die runden Aufnahmebohrungen der Verstellplatte einzuhängen, niemals in das Endloch oder in Schraubverbindungen.
- **Push-Through-Bars:** Die Schaumstoff-Bügel dienen als Hand-/Fußauflage; sie sind nicht zum Anhängen externer Lasten oder zum Hochziehen des Körpergewichts ohne Schlitten-Kontakt geeignet.

Aufstellort und Umgebungsbedingungen

- **Nicht in Hauptdurchgängen, Fluchtwegen oder vor Notausgängen** aufstellen.
- Aufstellfläche muss **eben, tragfähig, fest und rutschfest** sein — das Eigengewicht beträgt ca. 180 kg.
- 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.

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.
- Der TENSIONE Superformer ist ein Gerät der **Anwendungsklasse S**: Der Besitzer regelt Zugang, Beaufsichtigung und Kontrolle des Geräts und trägt dafür die gesetzliche Verantwortung.
- Der Betreiber stellt sicher, dass die vorgeschriebenen **Prüf- und Wartungsintervalle** (Abschnitt 11) — insbesondere die Karabiner-Kontrolle vor jeder Nutzung — 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

Prüfen Sie nach dem Auspacken unmittelbar die Vollständigkeit. Wenden Sie sich bei fehlenden oder beschädigten Teilen vor der Montage an Ihren Händler bzw. an The Virtù Line.

Pos.	Bezeichnung	Anzahl
1	Rahmen (Aluminium/Stahl, klappbar) inkl. Bodenträger mit Schiene	1
2	Schlitten (Carriage) — vorderer / hinterer	2
3	Push-Through-Bar mit Schaumstoff-Bügel	2
4	Griffe (handles)	4
5	Metallstab	1
6	Hakenschlaufen (152 cm)	1 Set
7	Iron Ropes (Stahlseile, je 1,5 m, je 1 Paar schwarz und rot)	2 Paar
8	Double Loops aus Baumwolle (Hände und Füße, Doppelschlaufe)	1 Set
9	D-Type Straps	1 Set
10	Loop Pull Straps	1 Set
11	Federn (Stahl, farbcodiert)	8
12	Karabiner mit Schraubverschluss	4
13	Elastische Bänder (Bungee)	2
14	Pulley-Räder (rot/schwarz, mit Schraubsicherung)	4
15	Werkzeug-Set (Maulschlüssel, Innensechskant, Schraubenzieher, Schutzhandschuh)	1
16	Diese Originalbetriebsanleitung	1

Hinweis zu Farben: Die in dieser Anleitung dargestellten Farben können von den Originaltönen abweichen.

7 · Technische Daten

Modell:	The Virtù Line TENSIONE Superformer
Maximales Benutzergewicht:	250 kg
Eigengewicht des Geräts:	ca. 180 kg
Anwendungsklasse:	S (Studio) — Geeignet für den kommerziellen Bereich
Anzahl Federn:	8 (farbcodierte Stahlfedern, Pflicht-Tausch siehe Abschnitt 12
Elastische Bänder:	2 (Verschleißteil, Pflicht-Tausch siehe Abschnitt 12)
Karabiner:	4 (mit Schraubverschluss, Sichtprüfung vor jeder Nutzung)
Plattform-System:	2 separate Schlitten, beide auf gemeinsamer Längsschiene
Max. Körpergröße:	195 cm
Mindestalter:	14 Jahre
Umgebungsbedingungen:	Innenräume, +5 °C bis +40 °C, max. 70 % rel. Luftfeuchtigkeit

Modell, Seriennummer und Baujahr finden Sie auf dem **Typenschild am Bodenträger** des Geräts. Diese Angaben sind im Garantiefall sowie für die GPSR-Konformitätserklärung erforderlich.

8 · Komponentenübersicht



Bild: TENSIONE Superformer — Gesamtansicht nach abgeschlossener Montage.

Wesentliche Baugruppen: **Bodenträger** mit Längsschiene und Transporträdern, **klappbarer Rahmen** mit zentralem Klappgelenk, zwei **Schlitten** mit Carbon-Look-Polsterung und nummerierten Schulterpolstern (6–12), zwei **Push-Through-Bars** mit Schaumstoff-Bügeln, **Federsteg** mit 8 Stahlfedern und 2 elastischen Bändern, integriertes **Pulley-System** mit Mehrloch-Verstellplatte und vier **Karabinern**.

9 · Montage — Schritt-für-Schritt-Bildanleitung

WARNUNG vor der Montage

- Die Montage erfolgt durch **zwei körperlich geeignete Personen** auf ebenem, freiem Untergrund.
- Tragen Sie den **mitgelieferten Schutzhandschuh** bei Arbeiten am Stahlrahmen.
- Ziehen Sie Schrauben handfest, jedoch nicht überdreht an — Aluminiumgewinde können bei Überdrehung beschädigt werden.
- Erst nach abgeschlossener Endkontrolle (Schritt 41) darf das Gerät erstmals belastet werden.

Folgen Sie der nachfolgenden Bildanleitung strikt in der Reihenfolge der nummerierten Schritte. Die Nummerierung entspricht der Reihenfolge des offiziellen Montagevideos. Jeder Schritt baut auf dem vorhergehenden auf.



Lieferumfang prüfen und Bauteile bereitlegen



Schraube am Klappgelenk ansetzen



Rahmenhälfte mit Mittelträger verbinden



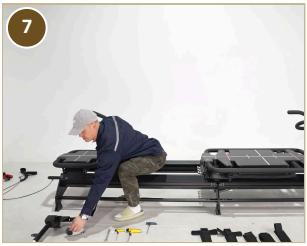
Beide Rahmenhälften ausrichten und verschrauben



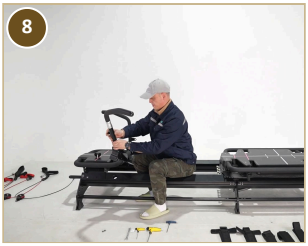
Transportrad am Bodenrahmen montieren



Eckverstrebung verschrauben



Fußrad an Front-/Heckseite anbringen



Push-Through-Bar in Schlitten einsetzen



Push-Through-Bar von unten verschrauben



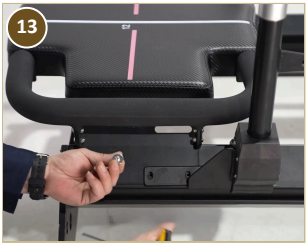
Schaumstoff-Bügel positionieren



Sicherungsstift am Bar einstecken



Schraube am Stützrahmen anziehen



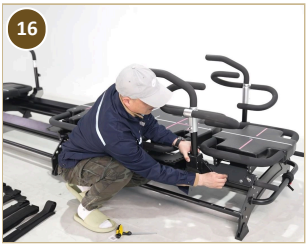
Carriage-Schraubknopf prüfen und sichern



Beide Schlitten gleichmäßig setzen



Stellrad am Bar handfest anziehen



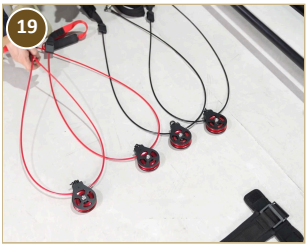
Schlitten komplett mit Bar bestücken



Längsausrichtung beider Schlitten prüfen



Zweiten Bar mit Einzelbügel anbringen



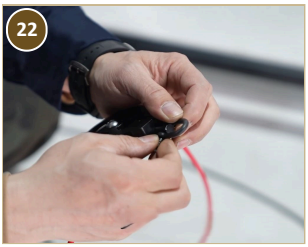
Festen Sitz des Bars kontrollieren



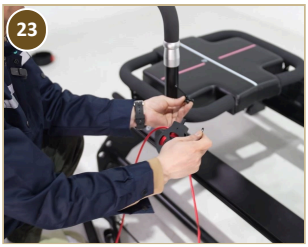
Vier Pulley-Räder mit Iron Ropes bereitlegen



Iron Rope durch Hand abrollen und prüfen



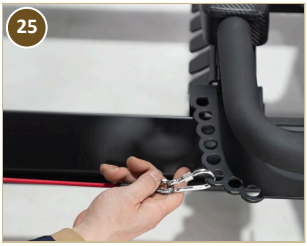
Karabiner-Schraubverschluss öffnen



Karabiner an Mehrloch-Verstellplatte einhängen



Karabiner-Schraubverschluss zudrehen



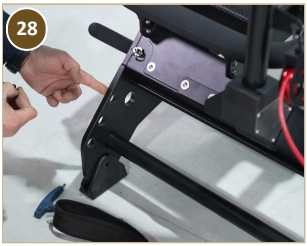
Lochposition an Verstellplatte wählen



Pulley-Rad mit Karabiner verbinden



Iron Rope mit Endhaken verbinden



Federsteg-Bereich am Bodenrahmen vorbereiten



Pulley am Rahmen verschrauben



Iron Rope über Pulley-Rad führen



Pulley-Endmontage am Schlittenrahmen



D-Strap aus Lieferumfang entnehmen



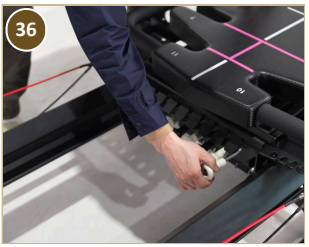
Strap am Push-Through-Bar ansetzen



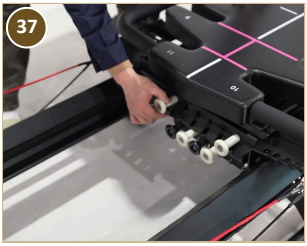
Elastisches Band mit Karabiner verbinden



Stellrad am Schlittenstopper sichern



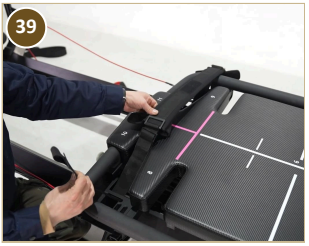
Kunststoff-Stopper in Mehrloch-Schiene setzen



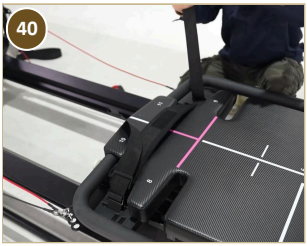
Bein- und Hand-Schlaufen bereitlegen



Strap durch Schnalle einfädeln



Endschlaufe stramm ziehen



Schulterpolster symmetrisch einstellen



Endkontrolle — fertig montierter Superformer

Endkontrolle vor Erstinbetriebnahme

Nach Abschluss aller 41 Montageschritte führen Sie bitte die **Checkliste in Abschnitt 10.1** durch, bevor das Gerät erstmals belastet wird.

10 · Inbetriebnahme, Bedienung & Trainingshinweise

10.1 Checkliste vor Erstinbetriebnahme

Prüfpunkt	Sollwert / Beschreibung
Klappgelenk verschraubt	Alle Schrauben handfest, kein Spiel im Gelenk
Bodenträger / Schiene	Alle Eckverstrebungen verschraubt, Gerät steht plan
Schlitten	Beide Schlitten gleichmäßig auf Schiene, laufruhig
Push-Through-Bars	Beide Bars eingerastet, Sicherungsstifte gesteckt
Federn (8 Stück)	Beidseitig eingehängt, keine sichtbaren Verformungen
Elastische Bänder (2 Stück)	Eingehängt, ohne Verdrehung
Karabiner (4 Stück)	Schraubverschlüsse zugedreht, Federfunktion vorhanden
Pulley-Räder	Beide Seiten verschraubt, Seile in Rille geführt
Schlittenstopper	Eingesetzt, Schlitten kann nicht in Endposition über Stopper hinausrollen
Schulterpolster	Symmetrisch, festsitzend
Aufstellungsumgebung	Mind. 60 cm seitlicher Freiraum, ebener und rutschfester Boden

10.2 Federspannung einstellen

Die Tension wird durch Auswahl der eingehängten Federn (8) sowie der elastischen Bänder (2) und durch das Einhängen der Karabiner in unterschiedliche Aufnahmebohrungen der Pulley-Verstellplatte gesteuert.

- Geringere Federspannung erhöht den Schwierigkeitsgrad vieler Übungen und erfordert mehr Körperkontrolle.
- Höhere Federspannung erleichtert kraftbetonte Bewegungen, jedoch kann eine zu hohe Spannung die Sicherheit gefährden.
- Starten Sie als Anfänger mit moderater Spannung und steigern Sie diese kontrolliert.

10.3 Auf- und Absteigen

1. Schlitten **vor** dem Aufsteigen mit mindestens einer Feder sichern.
2. Zuerst einen Fuß auf die Fußplattform / Push-Through-Bar setzen, dann den zweiten Fuß auf den Schlitten.
3. Übung kontrolliert ausführen — nie ruckartig, nie mit losen Federn arbeiten.
4. Absteigen in umgekehrter Reihenfolge: Schlitten in Ruheposition bringen, Federn sichern, dann absteigen.

> **WARNUNG — Kontrollierte Bewegung**
> Pilates basiert auf langsamer, präziser und kontrollierter Bewegung. Springen, Stoßen, ruckartiges Belasten oder unkontrolliertes Zurückschnellen der Federn ist nicht zulässig und führt zu vorzeitigem Materialverschleiß und Verletzungsrisiko.

10.4 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.

10.5 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 geringster Federspannung):

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.

10.6 Beanspruchte Muskelgruppen

Beim Training am TENSIONE Superformer 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.

10.7 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

Eine regelmäßige Wartung ist Voraussetzung für einen sicheren Betrieb und eine lange Lebensdauer des Geräts. Prüfen Sie das Gerät vor der ersten Nutzung sowie nach den ersten Anwendungen, anschließend in regelmäßigen Abständen.

11.1 Reinigung

- Polsterung nach jeder Nutzung mit weichem Mikrofasertuch und klarem Wasser reinigen. Bei stärkerer Verschmutzung milde Seifenlösung verwenden, anschließend mit klarem Wasser nachwischen.
- **Keine** Lösungsmittel, alkoholhaltigen Reiniger, Desinfektionsmittel oder Scheuermittel verwenden — diese beschädigen die PVC-/Carbon-Oberflächen.
- Schienen, Pulley-Räder und Federsteg trocken halten. Staub mit weichem Tuch entfernen.

11.2 Schmierung

- Bewegliche Teile (Schlittenlager, Pulley-Achsen, Gleitschienen) ausschließlich mit **Silikonspray** behandeln.
- Sparsam aufbringen — überschüssiges Schmiermittel bindet Staub und beeinträchtigt die Funktion.
- **Niemals** Öl, Fett oder Nassschmiermittel verwenden.

11.3 Wartungsintervalle

Bauteil	Intervall	Prüfung
Federn	Vor jeder Nutzung	Sichtprüfung, keine Verformung, korrekt eingehängt
Federn	Spätestens alle 2 Jahre	Pflichtaustausch — siehe Abschnitt 12
Elastische Bänder	Vor jeder Nutzung	Sichtprüfung auf Risse, Verfärbung, Härtung
Elastische Bänder	Spätestens alle 12 Monate	Pflichtaustausch — Verschleißteil
Karabiner	Vor jeder Nutzung	Schraubverschluss prüfen, Federfunktion testen
Iron Ropes / Seile	Monatlich	Ausfransung, Schnitte, Verschleißmarken
Pulley-Räder	Monatlich	Leichtgängiger Lauf, kein Schleifen
Schlitten-Rollen	Monatlich	Frei laufend, keine Unwucht

Klappgelenk / Schrauben	Vierteljährlich	Alle Schrauben fest, Gelenk spielfrei
Schienen	Wöchentlich	Frei von Staub, Haaren, Schmutz

12 · Federn, elastische Bänder & Karabiner — Prüfung und Austausch

> **WARNUNG — Sicherheitsrelevante Verschleißteile**
> Federn, elastische Bänder, Karabiner und Iron Ropes sind **sicherheitsrelevante Verschleißteile**. Wartung und Austausch dürfen nur erfolgen, wenn das Gerät nicht in Benutzung ist und sich im **unbelasteten Zustand** befindet.

12.1 Federn (8 Stück, Stahl)

- Sichtprüfung im ungespannten Zustand auf Lücken zwischen den Windungen, Knicke, Verformung, Korrosion.
- Bei festgestellten Schäden Nutzung sofort einstellen und betroffene Feder ersetzen.
- Pflichtaustausch: bei privater Nutzung spätestens alle **2 Jahre**, bei gewerblicher Nutzung **einmal jährlich**.
- Ausschließlich Originalfedern oder von The Virtù Line freigegebene Ersatzfedern verwenden.

12.2 Austauschvorgang Federn

1. Sicherstellen, dass das Gerät unbelastet ist und keine Personen am Gerät trainieren.
2. Beide Enden der zu ersetzenden Feder vollständig vom Federsteg lösen.
3. Neue Feder ausschließlich in die dafür vorgesehenen Haken am Federsteg einhängen — keine Karabiner-Vorrichtungen umfunktionieren.
4. Sicherstellen, dass die Feder vollständig geschlossen, korrekt eingehängt und sicher gespannt ist.

12.3 Elastische Bänder (2 Stück)

- Sichtprüfung auf Risse, Materialhärtung, Verfärbung oder unsymmetrische Längung.
- Pflichtaustausch spätestens nach **12 Monaten**, bei sichtbarem Verschleiß sofort.
- Niemals mit Lösungsmitteln, Alkohol oder Hitze in Kontakt bringen.

12.4 Karabiner (4 Stück)

- Vor jeder Nutzung Sichtkontrolle: Schraubverschluss handfest zudrehbar, Feder im Schnapper aktiv, keine Korrosion, keine Verformung.
- Sofort ersetzen bei: schwergängigem Verschluss, Riss am Schnapper, gebrochenem Feder-Element, sichtbarer Verformung.
- Ersatz ausschließlich mit baugleichen Karabinern mit Schraubverschluss (Bruchlast ≥ 18 kN).

12.5 Iron Ropes (2 Paar, 1,5 m)

- Monatliche Sichtprüfung auf Ausfransung, Schnitte, Drahtbruch.

- Bei einem einzigen sichtbaren Drahtbruch: Seil sofort und vollständig ersetzen.
- Ausschließlich Original-Iron-Ropes verwenden — falsche Seildurchmesser können in den Pulleys verklemmen.

13 · Fehlerbehebung

Problem	Mögliche Ursache	Maßnahme
Schlitten ruckelt oder läuft unrund	Verschmutzte Schiene, fehlende Schmierung, lose Rolle	Schiene reinigen, mit Silikonspray nachschmieren, Rollensitz prüfen
Knack- oder Quietschgeräusch	Schraube locker, Klappgelenk verschmutzt	Alle Schrauben nachziehen, Klappgelenk reinigen und sparsam mit Silikonspray behandeln
Karabiner schließt schwer	Staub, leichte Korrosion am Gewinde	Mit weichem Tuch reinigen, ggf. ersetzen — keine Schmiermittel auf Schraubverschluss aufbringen
Federn klappern in Endposition	Federn nicht vollständig eingehängt	Einhängung beidseitig prüfen, Feder korrekt einhaken
Elastisches Band ist deutlich länger geworden	Materialermüdung	Sofort ersetzen — Verschleißteil
Push-Through-Bar wackelt	Sicherungsstift nicht gesetzt oder Stellrad lose	Stift einsetzen, Stellrad handfest anziehen
Gerät steht nicht stabil / kippelt	Unebener Untergrund oder lose Eckverstrebung	Ebenen Untergrund wählen, alle Eckverstrebungen kontrollieren
Pulley-Rad blockiert	Seil aus Rille gesprungen oder Staub in Achse	Seil zurück in Rille führen, Pulley reinigen
Schulterpolster locker	Befestigungsschraube nicht angezogen	Schulterpolster **nicht nutzen** bis Schraube fest sitzt

14 · Transport und Lagerung

- Vor jedem Transport: alle Federn, Bänder und Karabiner aushängen; beide Schlitten in Endposition gegen Verrutschen sichern.
- Klappgelenk nur im **vollständig entlasteten Zustand** betätigen. Mindestens zwei Personen.
- Transport mit den Bodenrollen ist auf glattem, hartem Untergrund zulässig. Auf Teppich, Treppen oder Schwellen tragen, nicht ziehen.
- **Bodenschutz:** Auf empfindlichen Böden (Parkett, Dielen, Laminat, Vinyl) den Transportweg mit Karton, Filzgleitern oder einer Schutzmatte auslegen, um Kratzer und Druckstellen zu vermeiden.
- Lagerort so wählen, dass eine **unbefugte Nutzung durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen** ist.
- Nach jedem Standortwechsel: ebener und fester Stand sowie Sicherheitsabstände erneut prüfen (siehe Kapitel 5, „Aufstellort und Umgebungsbedingungen").
- Lagerung: trocken, frostfrei, vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt. Keine Aufstellung in unmittelbarer Nähe von Heizkörpern, Klimaanlagen oder Wärmequellen.

15 · Entsorgung

Der TENSIONE Superformer ist ein **rein mechanisches Trainingsgerät** ohne elektrische, elektronische oder batteriebetriebene Komponenten. Er fällt damit nicht unter die Elektro-Altgeräte-Verordnung (WEEE).

- **Verpackungsabfälle** (Karton, Folien, Holzelemente) sind über die örtliche Sammelinfrastruktur der jeweiligen Verpackungsverordnung des Mitgliedstaats zu entsorgen (Österreich: ARA; Deutschland: LUCID; Frankreich: Citeo; Italien: CONAI; Spanien: Ecoembes; …).
- **Metallteile** (Rahmen, Federn, Pulleys, Karabiner) sind dem örtlichen Altmetall-Recycling zuzuführen.
- **Elastische Bänder**, Polster und PVC-Bezüge sind über den Restmüll bzw. den Wertstoffhof zu entsorgen.
- **Iron Ropes** separat sammeln und dem Altmetall zuführen.

16 · Konformität (GPSR)

Der TENSIONE Superformer ist **rein muskelbetrieben** und damit **keine Maschine** im Sinne der Maschinenrichtlinie 2006/42/EG; er trägt **keine CE-Kennzeichnung**. Maßgeblich ist die GPSR (EU) 2023/988. Herangezogene Rechtsvorschriften und Normen:

- GPSR (EU) 2023/988 — Allgemeine Produktsicherheit
- EN ISO 12100 — Risikobeurteilung
- EN IEC/IEEE 82079-1 — Gestaltung von Gebrauchsanleitungen

Eine allgemeine **GPSR-Konformitätserklärung** für die Produktlinie wird auf Anfrage kostenlos zur Verfügung gestellt und ist gemeinsam mit der vorliegenden Originalbetriebsanleitung 10 Jahre aufzubewahren.

Informationen zu besonders besorgniserregenden Stoffen (SVHC) nach Art. 33 der Verordnung (EG) Nr. 1907/2006 (REACH) erhalten Sie auf Anfrage bei Bodyfit Handels KG (info@bodyfit-shop.at).

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)

F: Warum hat der TENSIONE zwei Schlitten?
A: Der Doppel-Schlitten ermöglicht die parallele Nutzung von Push-Through- und klassischer Reformer-Bewegung in einer Trainingseinheit. Beide Schlitten dienen jedoch dem Training durch **eine** Person — entweder gleichzeitig (für komplexe Übungen wie Splits oder Long-Stretch-Variationen) oder einzeln je nach Übungsphase.

F: Was ist der Unterschied zwischen Federn und elastischen Bändern beim TENSIONE?
A: Die **8 Stahlfedern** liefern die hauptsächliche Tension und ein lineares Widerstandsprofil. Die **2 elastischen Bänder** ergänzen die Federn mit einem progressiven (mit zunehmender Dehnung steigenden) Widerstand und werden vor allem für stehende und seitliche Übungen genutzt.

F: Wie oft muss ich Karabiner prüfen?
A: **Vor jeder Trainingseinheit** — Sichtkontrolle des Schraubverschlusses und der Federfunktion. Karabiner sind sicherheitsrelevante Verbindungsteile.

F: Kann ich das Gerät alleine aufbauen?
A: Nein. Aufgrund des Eigengewichts von 180 kg und der Klappmechanik wird die Montage durch **mindestens zwei Personen** dringend empfohlen.

F: Kann ich den TENSIONE klappen, ohne ihn vollständig zu demontieren?
A: Ja — das Klappgelenk ist genau dafür konstruiert. Vor dem Klappen müssen jedoch **alle Federn, Bänder und Pulleys ausgehängt** und beide Schlitten in Endposition gesichert sein.

F: Wofür sind die Nummern (8, 9, 10, 11) auf den Schulterpolstern?
A: Die Nummern bezeichnen die Größeneinstellungen für die Schulterposition. Beide Polster eines Schlittens sind **symmetrisch** auf die gleiche Nummer einzustellen.

F: Wie hoch ist die maximale Belastung?
A: **250 kg** Benutzergewicht pro Trainingsperson, einschließlich Bekleidung und Zubehör.

F: Welche Pulley-Bohrung soll ich nutzen?
A: Die Mehrloch-Verstellplatte erlaubt mehrere Federspannungs-Stufen. Beginnen Sie mit einer mittleren Bohrung und passen Sie nach Übungsart an. Karabiner immer in eine **runde Aufnahmebohrung**, niemals in eine Schraubverbindung einhängen.

F: Müssen die elastischen Bänder ausgetauscht werden, wenn sie nicht rissig aussehen?
A: Ja — elastische Bänder verlieren auch ohne sichtbare Schäden ihre Spannkraft. **Pflichtaustausch nach 12 Monaten**.

F: Ist Reformer-Training auf dem TENSIONE für Anfänger geeignet?
A: Ja, mit Einweisung durch einen qualifizierten Trainer. Die Doppel-Schlitten-Konstruktion erlaubt sehr viele Übungsvariationen — Anfänger starten am besten mit einseitigem Schlitten-Training und moderater Federspannung.

F: Wie reinige ich die Carbon-Look-Polster?

A: Mit weichem, leicht feuchtem Tuch und milder Seifenlösung. **Keine** Lösungsmittel, Alkohol, Desinfektionsmittel oder Scheuermittel.

F: Was tue ich bei einer gebrochenen Feder oder einem gerissenen Band?

A: Gerät **sofort außer Betrieb nehmen**. Defektes Teil entfernen, Wartungs-Hinweise befolgen, Ersatz bei The Virtù Line oder Ihrem autorisierten Händler bestellen. Niemals weitertrainieren.

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 (Federn, elastische Bänder, Karabiner, Iron Ropes, 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- oder Reformer-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. 1.5 · 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.