

EQUIPAMENTOS PILATES

Manutenção Preventiva



SEGURANÇA

COMO TODOS OS EQUIPAMENTOS MECÂNICOS, OS EQUIPAMENTOS DE PILATES ESTÃO SUJEITOS AO DESGASTE E ESTRESSE. A MANUTENÇÃO APROPRIADA E A SUBSTITUIÇÃO PERIÓDICA DE SEUS COMPONENTES SÃO DE SUA RESPONSABILIDADE, AUXILIANDO NA PREVENÇÃO DE ACIDENTES. NÃO UTILIZE PRODUTOS QUE NÃO SEJAM DISPONIBILIZADOS PELA METALIFE DURANTE A MANUTENÇÃO E SUBSTITUIÇÃO DE SEUS COMPONENTES. A METALIFE NÃO ASSUME RESPONSABILIDADE SOB QUALQUER FORMA DE USO INADEQUADO DO EQUIPAMENTO. GARANTA QUE O MESMO ESTEJA INSTALADO EM AMBIENTE ADEQUADO PARA PRÁTICA DE PILATES (CONFORME DESCRITO ANTERIORMENTE). VISTA-SE APROPRIADAMENTE. NÃO USE ROUPAS MUITO LARGAS, BRINCOS, RELÓGIOS, ANÉIS, PULSEIRAS, CORRENTES OU QUALQUER OUTRO TIPO DE ADEREÇO. MANTENHA SEUS CABELOS E ROUPAS AFASTADAS DAS PEÇAS MÓVEIS. A ROUPA FOLGADA, JÓIAS OU CABELOS LONGOS PODEM SER PRESOS PELAS PARTES EM MOVIMENTO. UTILIZE O EQUIPAMENTO SOMENTE PARA EXERCÍCIOS DEFINIDOS PELO MÉTODO PILATES. CONSULTE UM MÉDICO ANTES DE INICIAR QUALQUER PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS. PARE QUALQUER EXERCÍCIO SE SENTIR DOR NO PEITO, FALTA DE AR, DIFICULDADE EM RESPIRAR, SENSÇÃO DE DESMAIO OU QUALQUER TIPO DE DESCONFORTO MUSCULAR. PROCURE ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL IMEDIATAMENTE. A APLICAÇÃO DO MÉTODO PILATES, BEM COMO A UTILIZAÇÃO DE SEUS EQUIPAMENTOS, SÓ DEVE SER REALIZADA SOB ORIENTAÇÃO DE PROFISSIONAIS DEVIDAMENTE TREINADOS E QUALIFICADOS NO MÉTODO PILATES. NÃO PERMITA O USO DO EQUIPAMENTO POR CRIANÇAS SEM A SUPERVISÃO CONSTANTE DE UM INSTRUTOR DEVIDAMENTE TREINADO E QUALIFICADO NO MÉTODO PILATES. NÃO UTILIZE PEÇAS, FERRAMENTAS OU SUBSTÂNCIAS (LUBRIFICANTES) NÃO INDICADAS NO MANUAL DO EQUIPAMENTO.

INSPEÇÃO DE SEGURANÇA ANTES DO USO

A INSPEÇÃO DE SEGURANÇA DEVE SER REALIZADA ANTES DAS ATIVIDADES A SEREM EXERCIDAS POR CADA USUÁRIO. PARA CADA NOVO EXERCÍCIO OS DISPOSITIVOS E ACESSÓRIOS A SEREM UTILIZADOS DEVEM SER CONFERIDOS QUANTO A SUA SEGURANÇA, LIMPEZA E ADEQUAÇÃO. - CERTIFIQUE-SE DE QUE TODOS OS COMPONENTES DO EQUIPAMENTO ESTEJAM DEVIDAMENTE FIXADOS E POSICIONADOS

ANTES DE REALIZAR OS EXERCÍCIOS; - CERTIFIQUE-SE DE QUE OS MOSQUETÕES, MANÍPULOS, ALÇAS E MOLAS (OPCIONAIS) ESTEJAM ÍNTEGRAS E O NÃO CUMPRIMENTO DAS RECOMENDAÇÕES DE SEGURANÇAS PODEM RESULTAR EM SÉRIAS LESÕES CORPORAIS. COLUNA BARRA APOIO, MANCAIS DESLIZANTES, TRAVESSA SUPERIORES E CONEXÕES. 27 DEVIDAMENTE AJUSTADAS. - AO UTILIZAR SISTEMAS QUE INCLUAM O USO DE MOSQUETÕES, CERTIFIQUE-SE DE QUE ESTES ESTEJAM DEVIDAMENTE AJUSTADOS, FECHADOS E TRAVADOS. NÃO UTILIZE O EQUIPAMENTO E OU ACESSÓRIOS SE ESTES APRESENTAREM, EM QUALQUER UM DE SEUS COMPONENTES, SINAIS DE DESGASTE, QUEBRA OU DANO; - CERTIFIQUE-SE DE QUE O EQUIPAMENTO ESTEJA DEVIDAMENTE AJUSTADO PARA AS DIMENSÕES ADEQUADAS AO USUÁRIO E SEU NÍVEL DE HABILIDADE; - CASO HAJA A NECESSIDADE DE TROCA DE COMPONENTES SUBSTITUA-OS SOMENTE POR PEÇAS FORNECIDAS PELA METALIFE, GARANTINDO SUA SEGURANÇA E DURABILIDADE.

REVISÃO PERIÓDICA SEMANAL

A REVISÃO PERIÓDICA SEMANAL COMPLEMENTA A INSPEÇÃO DE SEGURANÇA E DEVE SER EXECUTADA SEMANALMENTE POR UM PROFISSIONAL DEVIDAMENTE QUALIFICADO E TREINADO NO MÉTODO PILATES. - CERTIFIQUE-SE DE QUE TODOS OS COMPONENTES ESTEJAM CORRETAMENTE AJUSTADOS E LIVRES DE QUALQUER TIPO DE DEFORMAÇÃO OU DESGASTE, EFETUANDO SUA SUBSTITUIÇÃO ASSIM QUE FOREM DETECTADOS QUAISQUER SINAIS DE ALTERAÇÃO; - CERTIFIQUE-SE DE QUE TODOS OS MANÍPULOS ESTEJAM CORRETAMENTE POSICIONADOS E FIXADOS. - CERTIFIQUE-SE DE QUE TODOS OS OLHAIS ESTEJAM CORRETAMENTE POSICIONADOS E PRESOS; - VERIFIQUE QUALQUER TIPO DE DEFORMAÇÃO OU DESGASTE NAS MOLAS E MOSQUETÕES, EFETUANDO SUA SUBSTITUIÇÃO ASSIM QUE FOREM DETECTADOS QUAISQUER SINAIS DE ALTERAÇÃO; - PERIODICAMENTE, VERIFIQUE O EQUIPAMENTO EM BUSCA DE PARAFUSOS FOLGADOS E APERTE-OS, COM AS CHAVES FORNECIDAS, SE FOR O CASO.

REVISÃO PERIÓDICA TRIMESTRAL

ESTA REVISÃO COMPLEMENTA A REVISÃO PERIÓDICA SEMANAL E DEVE SER REALIZADA A CADA TRÊS MESES, OU PERÍODO MÁXIMO DE 1000 (MIL) HORAS DE USO, POR UM PROFISSIONAL DEVIDAMENTE QUALIFICADO E TREINADO NO MÉTODO PILATES. É EXTREMAMENTE IMPORTANTE REALIZAR UMA VERIFICAÇÃO CRITERIOSA DO EQUIPAMENTO, ASSIM COMO TESTES DE SEUS MECANISMOS PARA ATESTAR SUA FUNCIONALIDADE. - FAÇA UMA INSPEÇÃO COMPLETA NO EQUIPAMENTO, BUSCANDO IDENTIFICAR QUAISQUER ALTERAÇÕES;