



# BACK MOVER FIVE

Manual do Usuário





# SUMÁRIO

Apresentação do produto .....	01
Especificações técnicas .....	03
Conteúdo Embalagens .....	04
Manual de Montagem .....	05
Montagem Detalhada .....	06
Manutenção e Segurança .....	07
Termo de Garantia .....	11



Fundamental para os músculos flexores do quadril, abdominais e costas. O treinamento no Back Mover proporciona a mobilização de toda a coluna vertebral. Melhora permanente da postura.

Este manual contém informações essenciais para a utilização do seu equipamento. Leia-o atentamente antes de iniciar sua instalação e operação. Preserve e mantenha-o para consultas futuras.



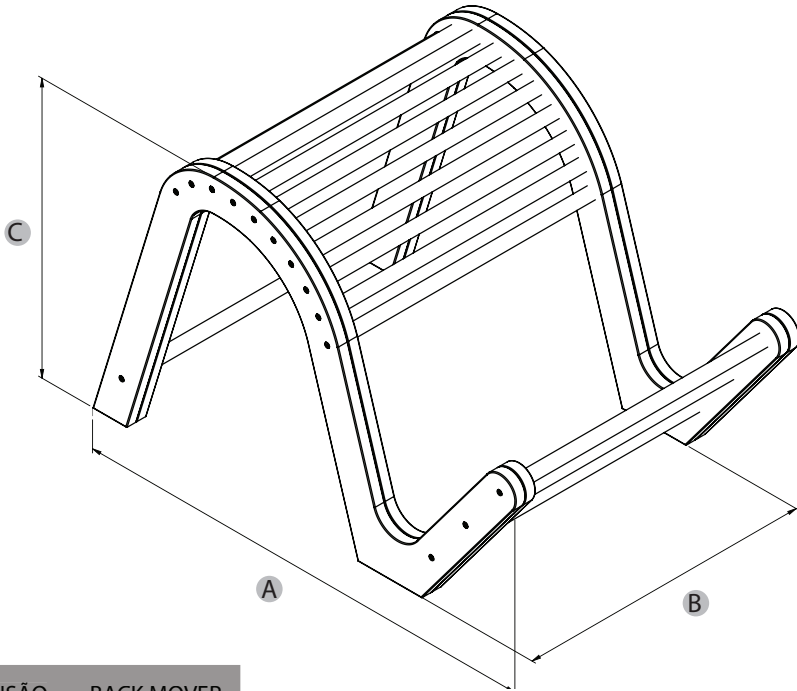
Ao longo deste manual este símbolo a esquerda indicará informações de extrema importância que devem ser lidas, compreendidas e seguidas rigorosamente.



O Método five®, com seus aparelhos e treinamentos especiais, pode ser utilizado em todos os espaços da área de saúde e bem-estar: academias, estúdios de Pilates, clínicas de fisioterapia, centros de saúde.

O sistema five® já está presente em vários lugares e o número de adesões vem crescendo constantemente. O sucesso não depende do lugar nem do ambiente. O importante são as pessoas que trabalham o conceito com entusiasmo e acreditam em sua abordagem terapêutica.

O local que tiver o conceito five® associado ao seu treinamento oferecerá um atrativo diferencial em sua região e estará ainda mais conectado com as necessidades das pessoas.



DIMENSÃO	BACK MOVER
A	1140
B	795
C	730



**24 kg**

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



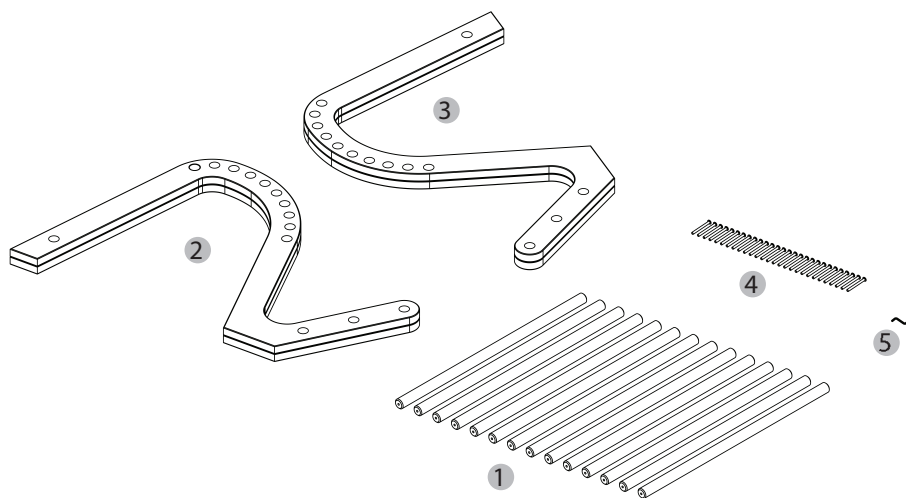
**140 kg**

Peso máximo suportado.



# CONTEÚDO DA EMBALAGEM

04



ITEM	REFERÊNCIA	DESCRIÇÃO	QTD
01	00100092	BARRA MADEIRA BACK MOVER FIVE	14
02	00100093	LATERAL ESQUERDA BACK MOVER FIVE	01
03	00100094	LATERAL DIREITA BACK MOVER FIVE	01
04	00100128	PARAFUSO SI MO BC 7x60 Cab 13	28
05	05100001A	CHAVE ZETA 5/32"	01



Para sua comodidade, a Metalife possui uma rede de técnicos autorizados qualificados para instalar seu equipamento. Por esse serviço será cobrada uma taxa de instalação. Esta instalação não compreende serviços de preparação do local que são de responsabilidade do consumidor.

Caso prefira, você mesmo pode montar seu equipamento, contanto que siga passo-a-passo as instruções desse manual.

## Preparação para Montagem

O Back Mover deverá ser instalado e utilizado em ambiente propício para prática do Método Five Konzept. 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.



Seguindo as orientações contidas neste manual estima-se um tempo de **30 minutos** para a montagem completa do seu Back Mover Five.



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

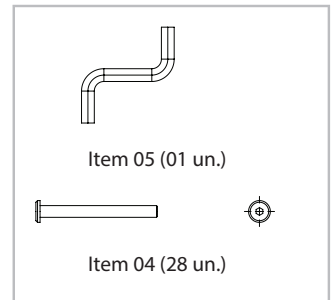
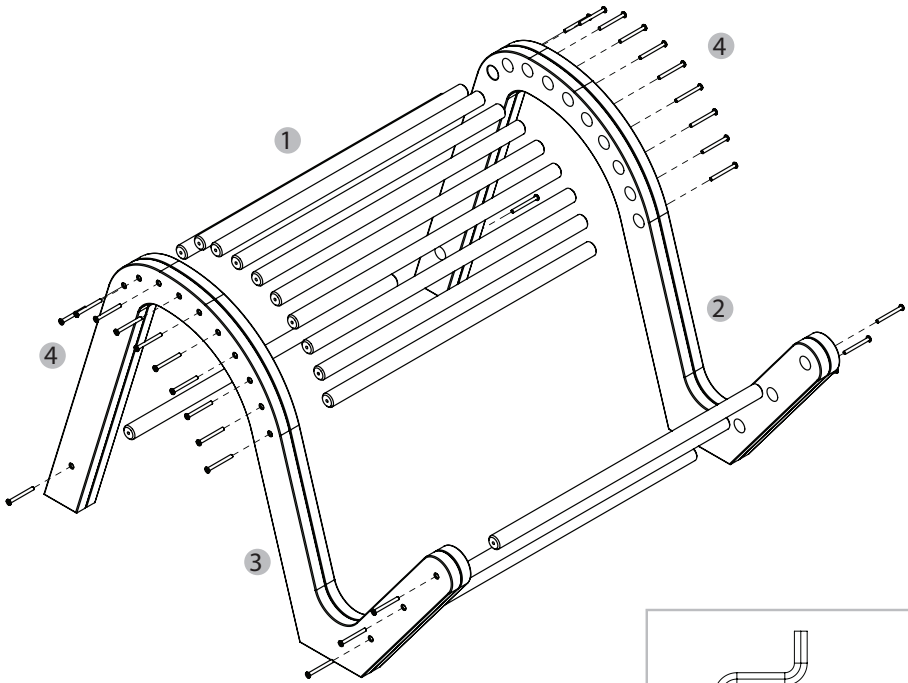


Durante a montagem deve-se seguir corretamente as orientações contidas neste manual. O equipamento está sujeito a danos durante este processo, portanto tenha cautela ao lidar com componentes e ferramentas. Os danos causados pelo não cumprimento das instruções deste manual são de responsabilidade do consumidor. Em caso de dúvidas ou dificuldades entre em contato com a assistência técnica Metalife.



## Passo 1

Encaixe os itens 01 nas furações dos itens 02 e 03, uma lateral da cada vez, em seguida parafuse o conjunto pelas furações externas utilizando os itens 04 e com o auxílio do item 05.







Este manual apresenta algumas sugestões de como manter seu aparelho em bom estado de conservação por muito mais tempo. Verifique quais as características do seu equipamento, observando corretamente as instruções a seguir e, em caso de dúvidas, entre em contato com a assistência técnica pelo telefone 0800 648 7400 ou pelo e-mail [sam@metallife.com.br](mailto:sam@metallife.com.br), que estará à disposição para quaisquer esclarecimentos. É importante que as recomendações deste manual sejam observadas e transmitidas aos responsáveis pela limpeza.

## MADEIRA

Por se tratar de matéria-prima natural, os equipamentos em madeira podem apresentar diferenças de tonalidade. Veios e desenhos próprios da madeira são imprevisíveis, pelo mesmo motivo. O envelhecimento natural das peças é acelerado pela ação da temperatura e umidade natural do ar, por isso podem surgir pequenas rachaduras e fissuras. Água, calor e raios UV naturais ou artificiais podem provocar descolamentos, rachaduras e alteração na coloração da madeira e do verniz. Por isso, os aparelhos devem ser protegidos dos agentes citados acima. Quanto mais protegidos e bem mantidos, maior sua durabilidade. Caso ocorra derramamento de líquidos, limpe imediatamente, pois a madeira poderá absorvê-los e manchar irreversivelmente. As superfícies de madeira são delicadas, aceitam limpeza com flanela seca ou pano umedecido em solução de sabão neutro e água com posterior secagem. É importante secar imediatamente para evitar que a madeira absorva a umidade.

Jamais use objetos pontiagudos ou abrasivos na superfície de seu equipamento.

## SEGURANÇA

O não cumprimento das recomendações de segurança pode resultar em sérias lesões corporais.



Como todos os equipamentos mecânicos, os equipamentos Five estão sujeitos ao desgaste e estresse. A manutenção apropriada e a substituição periódica de seus componentes e equipamentos 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 e equipamentos. A Metalife não assume a responsabilidade sobre o uso inadequado do equipamento. Garanta que ele esteja instalado em ambiente adequado para a prática de Pilates. Para a prática de exercícios nos equipamentos, não recomendamos o uso de roupas muito largas, brincos, relógios, anéis, pulseiras, correntes ou qualquer outro tipo de adereço. Mantenha seus cabelos e roupas afastadas das peças móveis. Utilize o equipamento somente para exercícios definidos pelo Método Five Konzept. Consulte um médico antes de iniciar qualquer programa de exercícios físicos. Interrompa a atividade se sentir dor no peito, falta de ar, dificuldade em respirar, sensação de desmaio ou qualquer tipo de desconforto muscular. Procure orientação profissional imediatamente. A aplicação do Método Five Konzept, bem como a utilização de seus equipamentos, só deve ser realizada sob orientação de profissionais devidamente treinados e qualificados no Método Five Konzept. Não permita o uso do equipamento por crianças sem a supervisão constante de um instrutor devidamente treinado e qualificado no Método Five Konzept. 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 feita antes de qualquer atividade realizada pelo usuário. Para cada novo exercício, os dispositivos e acessórios devem ser conferidos quanto a sua segurança, limpeza e adequação ao usuário.

- Certifique-se de que todos os componentes do equipamento estejam devidamente fixados e posicionados antes de realizar os exercícios;



- 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 do usuário e seu nível de habilidade;
- Se houver 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 Five Konzept.

- 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;
- Periodicamente, verifique o equipamento em busca de parafusos folgados e faça a manutenção, com as chaves fornecidas.

## 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 Five Konzept. É extremamente importante realizar uma verificação criteriosa do equipamento, assim como testes de mecanismos para avaliar sua funcionalidade.



- Faça uma inspeção completa no equipamento, buscando identificar quaisquer alterações;
- Realize todos os ajustes necessários, garantindo que os componentes estejam corretamente posicionados, ajustados e fixados. Utilize as ferramentas fornecidas junto ao equipamento para garantir uma fixação adequada;
- Faça uma inspeção em todos os componentes buscando identificar fraturas, deformações, cortes, trincas ou qualquer outra variação que seja estranha ao equipamento. Realize imediatamente a substituição do componente danificado ou informe a assistência técnica Metalife;
- Todo componente reprovado não deverá ser utilizado até ser devidamente reparado ou substituído por um novo;
- A verificação inadequada dos itens constantes nesta revisão, assim como a utilização do equipamento com ajuste inadequado podem resultar em danos ao equipamento, além de possibilitar sérios acidentes aos usuários.



O seu produto Five possui garantia contra defeitos de fabricação que tenham sido devidamente constatados pela Metalife ou pela sua rede de assistência técnica autorizada, durante o prazo legal de 03 (três) meses, contados a partir da data de emissão da nota fiscal. A Metalife concede gratuitamente 21 (vinte e um) meses seguintes como garantia adicional, totalizando 24 (vinte e quatro) meses como prazo maior, seguindo a classificação abaixo:

- 03 (três) meses - estofados, tecidos, borrachas e em casos de deslocamento ou corrosão em acabamentos superficiais, como pinturas (incluindo verniz);
- 06 (seis) meses – ferragens e peças plásticas;
- 24 (vinte e quatro) meses - partes estruturais em madeira ou metal que estejam submetidas a esforços estruturais.

Para solicitar a garantia e facilitar seu atendimento, você deve fornecer o número da nota fiscal, o tipo e/ou modelo do equipamento.

As garantias legal e/ou estendida ficam automaticamente invalidadas se:

- O uso do produto não for exclusivo para os exercícios definidos pelo Método Five Konzept;
- Detectada a utilização de peças, ferramentas ou substâncias (lubrificantes, produtos de limpeza, etc.) não indicadas no manual do equipamento e/ou não originais;
- Não forem seguidas as orientações, recomendações e especificações apresentadas no manual do equipamento quanto à utilização, inspeções antes de cada uso, revisões e manutenções preventivas do produto, não sendo estes custos cobertos pela empresa;
- Na instalação não forem observadas as especificações e recomendações do manual quanto às condições do local da instalação do produto, tais como nivelamento e estabilidade do piso, adequação do local para a instalação, uso de ferramentas adequadas e descumprimento das etapas de montagem;



- Tenha ocorrido uso inadequado, mau uso ou se o produto tiver sofrido alterações ou modificações estéticas e/ou funcionais, bem como conserto por pessoas ou entidades não autorizadas pela Metalife;

- Houver sinais de violação do produto, substituição de peças por outras não originais ou não autorizadas pela Metalife.

As garantias legal e/ou estendida não cobrem:

- Despesas com a instalação do produto realizada por pessoas ou entidades não autorizadas pela Metalife;

- Despesas decorrentes e consequentes de instalação de peças e acessórios que não pertençam ao produto, mesmo aqueles comercializados pela Metalife, salvo os especificados para cada modelo no manual do equipamento;

- Falhas no funcionamento do produto decorrentes da falta de conhecimento do usuário na aplicação do Método Five Konzept;

- Serviços e/ou despesas de manutenção e/ou limpeza do produto;

- Falhas no funcionamento normal do produto decorrentes da falta de limpeza e excesso de resíduos, ou ainda, da existência de objetos estranhos ao funcionamento e finalidade de utilização;

- Transporte do produto até o local definitivo da instalação;

- Produtos ou peças que tenham sido danificadas em consequência de remoção, manuseio, quedas ou atos e efeitos decorrentes da natureza, tais como oxidação, exposição à umidade ou chuva, inundação, tornados, eventos sísmicos, etc;

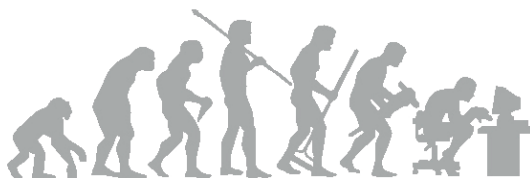
- Custos de processos de inspeção e diagnóstico (incluindo a taxa de visita técnica) determinando que a falha tenha sido causada por motivo não coberto por esta garantia;



- Despesas decorrentes do envio e retorno do produto para manutenção;
- Deslocamentos para atendimento de produtos instalados fora do município sede da assistência técnica Metalife, a qual poderá cobrar taxa de locomoção do técnico, previamente aprovada pelo consumidor, conforme a tabela de quilometragem utilizada pela Metalife e divulgada através do serviço autorizado de assistência técnica Metalife;
- Peças desgastadas por uso natural, tais como estofamentos, acabamentos em borracha, bem como a mão-de-obra utilizada na substituição destas peças e as consequências advindas dessas ocorrências.

## Considerações Gerais:

- A Metalife não autoriza nenhuma pessoa ou entidade a assumir, em seu nome, qualquer outra responsabilidade relativa à garantia de seus produtos além das aqui explicitadas;
- A Metalife reserva-se ao direito de alterar características gerais, técnicas e estéticas de seus produtos, sem aviso prévio. Este termo de garantia é válido para produtos vendidos e instalados no território brasileiro;
- Para a sua tranquilidade, preserve e mantenha o termo de garantia, o manual do equipamento e a nota fiscal de compra do produto sempre em mãos;
- Para evitar que o equipamento seja remetido até a fábrica da Metalife, sugerimos o envio de fotos e/ou vídeos relativos à sua solicitação para facilitar a emissão do laudo, o que tornará o seu atendimento ainda mais rápido;
- É de total responsabilidade do proprietário do equipamento todo e qualquer tipo de ocorrência que venha a provocar danos físicos e/ou materiais a terceiros, em virtude da utilização indevida, instalação incorreta, falta de acompanhamento de um profissional credenciado no Método Five Konzept ou, ainda, pela falta de inspeções, revisões e manutenções preventivas de todos os equipamentos, conforme os manuais do proprietário que acompanham os produtos.



Produzido sob licença por Metalife Ind. com. Móveis Ltda.  
R. Sebastião Lara, 102 – Centro  
Biguaçu – SC  
(48) 3279-7400

[www.five-konzept.com.br](http://www.five-konzept.com.br)