

PILATES REFORMER · STAND 06/26

STANDORT-ANFORDERUNGEN

Was Ihre Räume für die Pilates Reformer bereitstellen müssen: Internet, Netzwerk, Stromversorgung und Freigaben in der Firewall.

01
NETZWERK
Aufbau, Internet, WLAN

02
FIREWALL
Freigaben für iFIT

03
STROM
Stromkreise und Steckdosen

04
CLUB CODE
Einstellungen und Fehlersuche

STANDORTANFORDERUNGEN

NETZWERKAUFBAU

INTERNET
Kabel, DSL, Glasfaser

Cat6 bevorzugt (mindestens Cat5e)

ROUTER

SWITCH

Cat6 bevorzugt (mindestens Cat5e)



ULTRA 1
REFORM RX



ULTRA 1
REFORM RX-S



ULTRA 1
REFORMER



STANDORTANFORDERUNGEN

INTERNET-ANFORDERUNGEN†

1. Alle Pilates Reformer benötigen einen eigenen Internetzugang.
2. Bevorzugt wird ein Cat6-Twisted-Pair-Ethernetkabel mit eigenem Netzwerk-Switch (10/100/1000 Mbit/s). Erforderlich ist Cat5e oder höher.
3. Empfohlen wird eine direkte Leitung (Home-Run-Verkabelung) vom Netzwerk-Switch zu jeder vernetzten Konsole.
4. Ausgehende Netzwerkports: TCP-Port 80 (HTTP), TCP-Port 443 (HTTPS), UDP-Port 123 (NTP)
5. Der Router sollte auf DHCP eingestellt sein. Eine DHCP-Reservierung ist ebenfalls möglich.

EMPFEHLUNGEN ZUR INTERNETVERBINDUNG

MERKMAL	ANFORDERUNG
Download-Datenrate	Minimum: 3 Mbit/s Standard: 5 Mbit/s Optimal: 10 Mbit/s

BANDBREITE JE GERÄT

ANZAHL GERÄTE	BANDBREITE JE GERÄT
1	10 Mbit/s
2–3	6 Mbit/s
4–6	4 Mbit/s
7 oder mehr	3 Mbit/s

Hinweis Wenden Sie sich bei JEGLICHEN Fragen zu Switches oder Switch-Typen an den technischen Support von Freemotion.

EMPFEHLUNGEN FÜR WLAN

Einzelne Kabelverbindungen sind immer zu empfehlen. Ethernet Cat6 (mindestens Cat5e) bietet die zuverlässigste und schnellste Verbindung.

MERKMAL	MINDESTANFORDERUNG
WLAN-Verbindung	802.11 a/b/g/n/ac, 2,4/5 GHz (Cat6 bevorzugt)
Access Points	Für den gewerblichen Einsatz und ausschließlich für die Pilates Reformer
SSID	Privat

Hinweis Wenden Sie sich bei Fragen zur Netzwerkplanung und zum Kauf von WLAN-Geräten immer an einen Fachbetrieb für WLAN-Netzwerke. Freemotion kann keine WLAN-Geräte bereitstellen und für diese Geräte keinen technischen Support leisten.

† Koaxial-, HDMI- und Ethernetkabel sind nicht im Lieferumfang enthalten und müssen separat gekauft werden.

STANDORTANFORDERUNGEN

SOFTWARE-FIREWALL

Manche Einrichtungen nutzen Software-Firewalls, die das Betriebssystem der Pilates Reformer möglicherweise daran hindern, auf Websites, Ports, Server, IP-Adressen usw. zuzugreifen, die für die iFIT-Apps erforderlich sind. Stimmen Sie sich bitte mit dem IT-Fachmann Ihrer Einrichtung ab, damit die folgende Liste freigegeben wird und die iFIT-Funktionen einwandfrei laufen:

***.iFIT.com**

» 443
» 80

Segment

» 52.25.130.38/32

siteintercept.qualtrics.com:80/wrsiteinterceptengine/targeting.php

rum-http-intake.logs.datadoghq.com:80/v1/input/pub19b0bc2a7e69a2bdb86e7a28f1a6442f

App.launchdarkly.com

» app.launchdarkly.com:80/sdk/goals/*
» events.launchdarkly.com:80/events/diagnostic/*
» app.launchdarkly.com:80/sdk/evalx/*/users/eyjrzxkioijhytbjzwiifq

AWS

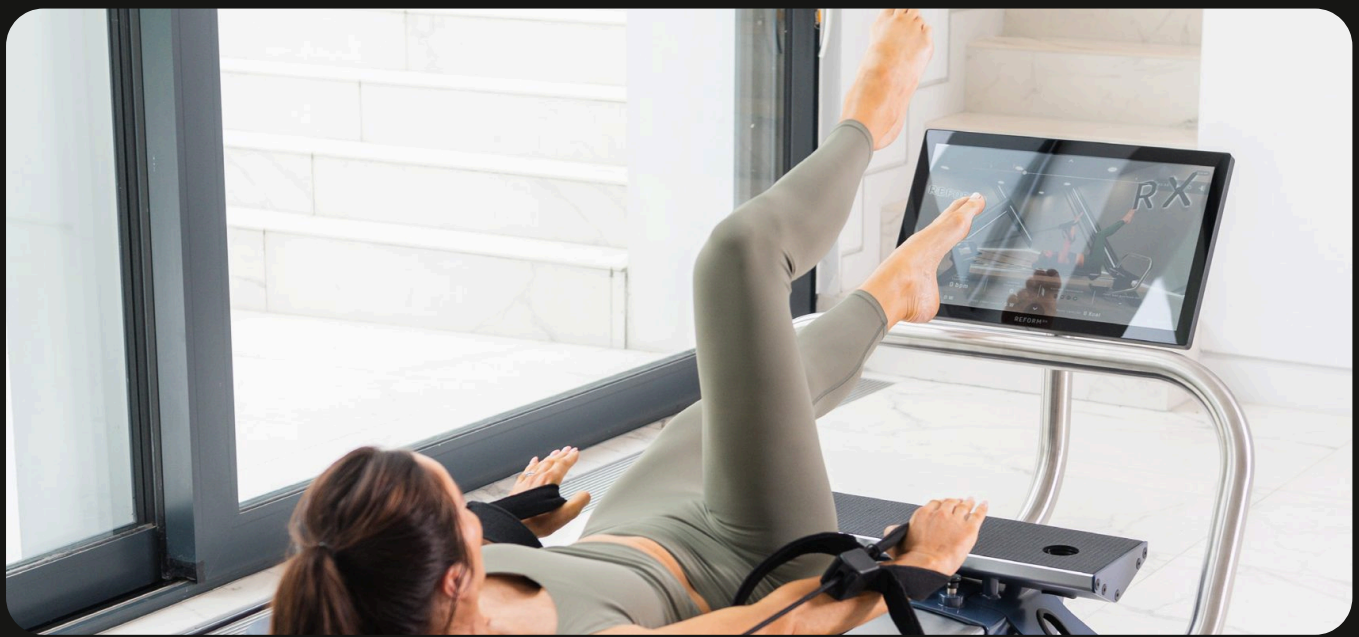
» https://ifit-music.s3-cdn.ifit.com
» https://s3.amazonaws.com/*
» https://icon-sparky.s3.amazonaws.com
» wss://az2wp4gg6an1j-ats.iot.us-east-1.amazonaws.com/mqtt

Raygun

Zendesk

» https://ifit.zendesk.com

Hinweis Die Sternchen (*) in der Liste oben stehen für Platzhalter (Wildcards).



STANDORTANFORDERUNGEN

STROMVERSORGUNG

Alle Pilates Reformer benötigen eine separate Stromversorgung. An einen Stromkreis lassen sich die Netzteile von bis zu fünf (5) Geräten anschließen:

- mindestens ein 10-A-Stromkreis bei 220-Volt-Anwendungen
- mindestens ein 15-A-Stromkreis bei 110-Volt-Anwendungen



110-VOLT-ANWENDUNGEN

Spannungsbereich: 100–120 V AC, 60 Hz | Freemotion-Bikes und -Crosstrainer benötigen einen eigenen Abzweigstromkreis mit einer Steckdose NEMA 5-15R (abgebildet) oder einer vergleichbaren Steckdose.



STANDORTANFORDERUNGEN

WLAN

WIE VIELE ACCESS POINTS BRAUCHT EINE EINRICHTUNG?

Ein häufiger Fehler ist, zu wenig in die WLAN-Infrastruktur zu investieren. Das kann zu zahlreichen Problemen bei Leistung und Bedienbarkeit führen. Allgemeine Richtwerte:

- **1 AP pro 10–15 Geräte** bei offenem Grundriss mit freier Sichtlinie
- **1 AP pro 5–8 Geräte** in älteren Gebäuden mit Wänden aus Hohlblocksteinen oder Beton
- APs sollten an der Decke über oder zwischen den Gerätereihen montiert werden – niemals an der Wand am anderen Ende des Raums
- Jeder AP braucht eine eigene Kabelverbindung zurück zum Switch – eine drahtlose Verbindung zwischen APs (Wireless Backhaul) ist für diesen Einsatz nicht geeignet

WELCHE MARKEN EIGNEN SICH AM BESTEN?

Die besten Ergebnisse sehen wir mit Access Points für den gewerblichen Einsatz. Am häufigsten in Fitnesseinrichtungen:

- Cisco Meraki – am weitesten verbreitet in größeren Studioketten; einfach zu verwalten und auch bei vielen Geräten zu segmentieren
- Ubiquiti UniFi – sehr gutes Preis-Leistungs-Verhältnis für YMCAs und unabhängige Studios
- Aruba (HPE) – Enterprise-Klasse, verbreitet in Hochschulsportzentren und Fitnessbereichen von Hotels

Router und Access Points für Privatanwender (Netgear, Eero, TP-Link Home-Serie) sind nicht für Umgebungen mit mehr als 10 gleichzeitig in HD streamenden Geräten gebaut und zählen zu den häufigsten Ursachen für Beschwerden über die Verbindung. Einrichtungen mit Netzwerktechnik für Privatanwender sollten dies mit ihrem Ansprechpartner im Vertrieb besprechen.

UND WÄNDE AUS HOHLBLOCKSTEINEN – ÜBLICH IN ÄLTEREN YMCAS UND HOCHSCHULGEBÄUDEN?

Ein reales und häufig übersehenes Problem. Hohlblocksteine und Beton absorbieren das 5-GHz-WLAN-Signal – das bevorzugte Band für die 24 Series – stark, statt es durchzulassen. Die Lösung ist nicht ein stärkerer Router, sondern mehr Access Points näher an den Geräten. Liegt die Cardiofläche auf der anderen Seite einer Betonwand zum Netzwerkraum, ist die richtige Lösung immer, ein Cat6-Kabel zur Fläche zu verlegen und einen AP direkt auf der Cardiofläche zu montieren. Eine Begehung vor der Installation mit einem WLAN-Analysetool deckt solche Probleme auf, bevor die Geräte überhaupt ankommen.

WAS WIRD AUSSER CAT6-KABELN NOCH BENÖTIGT?

- **PoE-Switch (Power over Ethernet)** – hängen APs an der Decke ohne Steckdose in der Nähe, versorgt PoE sie über das Netzwerkkabel mit Strom. Eine eigene Stromleitung zu jedem AP entfällt
- **Patchfeld** im Netzwerkraum bei 10 oder mehr Kabelanschlüssen – damit lassen sich einzelne Verbindungen deutlich schneller finden und Fehler beheben
- **Beschriftete Kabel** an beiden Enden – ein kleines Detail, das bei jedem späteren Serviceeinsatz viel Zeit spart
- **Überspannungsschutz** am Switch – besonders wichtig in älteren Gebäuden mit weniger stabiler Elektroinstallation

STANDORTANFORDERUNGEN

FESTE IP-ADRESSE UND IT

WARUM EINE FESTE IP-ADRESSE WICHTIG IST

Die meisten Einrichtungen nutzen DHCP. Damit erhält jedes Gerät automatisch eine Netzwerkadresse – ähnlich wie Ihr Smartphone eine neue Adresse bekommt, wenn es sich mit einem neuen WLAN verbindet. Das Problem: Diese Adresse kann sich ändern. Eine DHCP-Reservierung löst das, indem sie der eindeutigen Hardware-ID jeder Konsole dauerhaft eine bestimmte Adresse zuordnet. So erhält die Konsole immer dieselbe Adresse, ohne dass am Gerät etwas manuell eingestellt werden muss.

Für eine Fitnesseinrichtung ist das in dreierlei Hinsicht wichtig:

- **Schnellere Hilfe im Support** – hat eine Konsole eine feste, bekannte Adresse, kann der Support ein bestimmtes Gerät aus der Ferne erkennen und Fehler beheben, ohne dass jemand über die Fläche gehen muss
- **Einfachere Firewall-Verwaltung** – das IT-Team der Einrichtung kann Regeln auf bekannte, feste Adressen anwenden, statt wechselnden Adressen hinterherzulaufen
- **Keine überraschenden Ausfälle** – in großen Einrichtungen mit vielen vernetzten Geräten können DHCP-Pools erschöpft sein oder Adressen so neu vergeben werden, dass eine Konsole nach einem Neustart aus dem Netzwerk fällt

ZUSAMMENARBEIT MIT IT-TEAMS UND FIREWALLS

Große Einrichtungen – Hochschulen, große Studioketten, Hotelmarken – haben oft IT-Teams mit strengen Firewall-Richtlinien, die iFIT blockieren können. So kommen Sie dem zuvor.

SO ÜBERZEUGEN SIE IT-TEAMS

Die Konsolen bauen nur ausgehende Verbindungen zu bekannten, freigegebenen Zielen auf. Sie nehmen keine eingehenden Verbindungen an, öffnen keine Ports zum Netzwerk der Einrichtung, und der gesamte Datenverkehr ist verschlüsselt. Die sauberste Lösung – die meist auch vorsichtige IT-Teams überzeugt – ist, alle Cardiogeräte in ein eigenes VLAN (ein logisch getrenntes Netzwerksegment) zu legen. Damit sind die Konsolen von den Kassensystemen, der Mitgliederdatenbank und der internen Infrastruktur der Einrichtung getrennt. Das räumt die Sicherheitsbedenken des IT-Teams aus und gibt den Geräten die Verbindung, die sie brauchen.

HÄUFIGE PROBLEME UND IHRE LÖSUNG

WAS DIE EINRICHTUNG MELDET	WAS TATSÄCHLICH PASSIERT	SO BEHEBEN SIE ES
Die iFIT-App lädt überhaupt nicht	`*.iFIT.com` auf Port 443 gesperrt	`*.iFIT.com` auf den Ports 443 und 80 freigeben
Inhalte erscheinen, aber Workouts starten nicht	AWS-/CDN-Domains gesperrt	`ifit-music.s3-cdn.ifit.com` und `s3.amazonaws.com/*` freigeben
Die Konsole verbindet sich, bricht aber immer wieder ab	Captive Portal oder sehr kurzes Sitzungs-Timeout	Captive Portal für die Cardio-SSID deaktivieren; Einstellungen zum Sitzungs-Timeout der Firewall prüfen
Die Konsole zeigt eine falsche Uhrzeit / iFIT lädt nach einem Stromausfall nicht	NTP (Zeitsynchronisierung) gesperrt	UDP-Port 123 ausgehend öffnen

STANDORTANFORDERUNGEN

CLUB CODE

Der Club Code ist auf den Konsolen der Pilates Reformer verfügbar und eines der wertvollsten Werkzeuge für Einrichtungen, die mehr wollen als iFIT im Auslieferungszustand.

WAS ER ERMÖGLICHT

1 **Zuordnung von Gerät und Club**
Gibt ein Clubbetreiber bei der Einrichtung den Club Code ein, wird das Gerät seiner Einrichtung zugeordnet, und der Startbildschirm lässt sich anpassen.

Einrichtung: Der Club Code wird über das kommerzielle Admin-Portal von iFIT vergeben. Die Einrichtung erhält einen eigenen Code, der bei der Einrichtung oder über das Einstellungsmenü an jeder Konsole eingegeben wird. Um einen Code für Ihre Einrichtung anlegen zu lassen, wenden Sie sich an das Vertriebsteam oder den technischen Support von Freemotion.

2 **Zugang zu den Club-Einstellungen (Sicherheitssperre)**
Für das Menü „Club Settings“ – einen geschützten Bereich der Einstellungen, den nur Studiobetreiber nutzen sollten – geben Clubbetreiber eine PIN ein (PIN auf Anfrage beim technischen Support von Freemotion). In den Club-Einstellungen können Betreiber unter anderem Folgendes festlegen:

- Standardsprache, Einheiten, Zeitzone
- Höchstgeschwindigkeit, maximale Trainingsdauer, maximale Pausenzeit
- Bildschirmhelligkeit und Videoqualität
- WLAN-Einstellungen
- Apps verwalten
- Optionen für Zurücksetzen und Wartung



WENN ETWAS NICHT FUNKTIONIERT

DIE 5 WICHTIGSTEN PRÜFPUNKTE

Meldet eine Einrichtung ein Leistungsproblem, prüfen Sie diese fünf Punkte – in dieser Reihenfolge –, bevor Sie den Fall weitergeben.

WAS SIE PRÜFEN

1 NETZWERKVERBINDUNG

Hat die Konsole eine IP-Adresse? Ist sie im richtigen Netzwerk bzw. VLAN? Zu finden unter Android-Einstellungen → Netzwerk & Internet

2 WLAN-SIGNALSTÄRKE

Das Signal (RSSI) sollte –65 dBm oder stärker sein. Unter –75 dBm treten Probleme auf. Zu prüfen unter Android-Einstellungen → WLAN-Details

3 APP-VERSION

Prüfen Sie, ob Updates ausstehen, damit Ihre Geräte mit der neuesten App-Version laufen

4 SPEICHER UND ARBEITSSPEICHER

Ist der Speicher zu mehr als 85 % belegt oder der verfügbare Arbeitsspeicher kritisch knapp, verhält sich das Gerät unvorhersehbar. Zu finden unter Android-Einstellungen → Speicher

5 DATUM UND UHRZEIT

Eine falsche Uhrzeit führt zu Fehlern bei SSL-Zertifikaten und verhindert, dass iFIT lädt – am häufigsten nach einem Stromausfall. Prüfen Sie unter Android-Einstellungen → Datum & Uhrzeit, ob die automatische Zeitsynchronisierung aktiviert ist

Zugang zum Konsolen-Backend: Tippen Sie 5- bis 7-mal schnell auf das iFIT-Logo in der Ecke des Startbildschirms. Möglicherweise ist eine PIN erforderlich – den aktuellen Code erhalten Sie beim technischen Support von Freemotion.

KONTAKT

HERSTELLER UND HÄNDLER

So erreichen Sie den Hersteller und Ihren Händler.

HERSTELLER · FREEMOTION

FREEMOTION

NORDAMERIKA	**+1 (800) 201-2109**
INTERNATIONAL	**+1 (800) 527-5417**
MAIL	**customercare@FreemotionFitness.com**
WEB	**FreemotionFitness.com**

HÄNDLER · FITVYR PRO

FITVYR | PRO

TELEFON	**+49 8208 2930013**
ZEITEN	Mo–Fr, 9–18 Uhr
MAIL	**sales@fitvyr.de**

iFIT | FREEMOTION | NordicTrack

Deutsche Fassung des „Facility Infrastructure Requirements – Pilates Reformer“ von Freemotion Fitness (Stand 06/26). Bei Abweichungen gilt das englische Original.

© 2026 Freemotion Fitness. Alle Rechte vorbehalten. 08/26