

***Montageanleitung
Redsun M***

Sehr geehrter Kunde,

wir freuen uns, dass Sie sich für dieses Produkt entschieden haben. Bitte beachten Sie vor Montage und Gebrauch sämtliche Hinweise und befolgen Sie strikt die folgende Vorgehensweise!

Überprüfen Sie bitte das Produkt zuerst auf Vollständigkeit.

Falls eine Beschädigung vorhanden sein sollte, senden Sie uns eine Nachricht mit einer kurzen Beschreibung und Fotos der betroffenen Stelle.

Ein zuständiger Mitarbeiter wird sich schnellstmöglich mit Ihnen in Verbindung setzen und zusammen mit Ihnen eine Lösung finden.

Sie haben auf alle Produkte eine 2-jährige gesetzliche Gewährleistung.

1. Wichtige Hinweise

Bitte beachten Sie:

Das Produkt ist ausschließlich für den privaten Nutzungsbereich ausgelegt.

Bitte lesen Sie zunächst sorgfältig die Bedienungsanleitung!

Haben Sie dennoch Fragen zur Aufbau, helfen wir Ihnen gern persönlich weiter.

Reklamationen, die aufgrund von falscher Montage oder Nutzung entstehen, sind von der Gewährleistung ausgeschlossen!

Elektronische Voraussetzungen

Jede Sauna muss an einen eigenen Stromkreislauf angeschlossen werden. Schließen Sie also keine weiteren elektronischen Geräte an die Steckdose, an der die Sauna angeschlossen ist. Die Missachtung dieses Hinweises kann zu verminderter Leistung oder Unterbrechungen des Stromkreises führen. Lassen Sie die Verkabelung ordnungsgemäß von einem Elektriker durchführen, um Gefahren zu vermeiden und die Funktionalität sicherzustellen. Achten Sie darauf, dass die Sauna korrekt aufgestellt ist. Sind die elektrischen Anforderungen nicht richtig erfüllt, kann es im schlimmsten Fall zu schweren Verletzungen kommen.

Befolgen Sie alle Anweisungen sorgfältig. Halten Sie die Sauna von möglichen Gefahren, wie Wasser und andere Flüssigkeiten, fern. Wählen Sie einen trockenen Standort für die Installation Ihrer Sauna. Achten Sie darauf, dass die Heizelemente nicht mit Flüssigkeit in Kontakt kommen, da es zu Stromschlägen führen kann. Sollten Sie Fragen haben, zögern Sie nicht den Hersteller oder Lieferanten zu kontaktieren.

Netzstecker

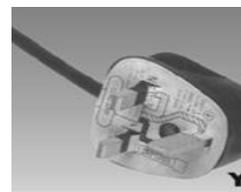
Europäischer Netzstecker



Amerikanischer Netzstecker



Britischer Netzstecker



Montageanleitung

Lesen Sie die folgenden Anweisungen sorgfältig durch. Zum Aufbau der Sauna werden mindestens 2 Personen benötigt. Versuchen Sie nicht die Sauna auf eigene Faust aufzubauen, da so leicht Schäden auftreten können.

Warnhinweise

1. Platzieren Sie keine Wasserleitungen oder Sanitärausstattungen
2. Halten Sie Flüssigkeiten jeglicher Art von den Heizelementen ab.
3. Installieren Sie die Sauna auf ebenen Boden.
4. Wählen Sie als Standort für die Sauna einen trocken Ort, an dem die Sauna vor Witterungseinflüssen geschützt ist. (Als Ausnahme gilt natürlich die Außensauna)
5. Halten Sie brennbare Gegenstände und korrosive chemische Substanzen von der Sauna fern.

Ihre Infrarotkabine wird in einigen Paketen geliefert. Bitte stellen sicher, dass die Pakete oben geöffnet werden. Seien Sie beim Öffnen der Pakete sehr vorsichtig, da sich zerbrechliche Teile und Glas in den Paketen befinden.

Hinweis:

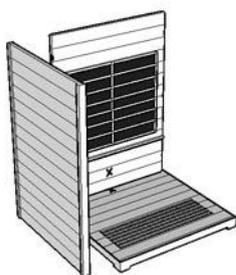
Die Bilder für den Aufbau sind universell und werden auch für weitere Saunen verwendet. Die Darstellung der Infrarotstrahler in Anzahl, Form, Fläche, Farbe und Position kann daher variieren. Diese Infos entnehmen Sie bitte den Produktbildern der Redsun M.

Klickverschlussverfahren

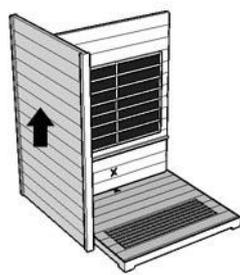
Die Sauna bietet zwei Arten des Klickverschlussverfahrens, um die Seitenwände miteinander zu verbinden. Hierdurch fällt der Aufbau selbst für Unerfahrene sehr leicht und ist schnell beendet. Nutzen Sie zum Verbinden der Seitenwände die folgenden Anweisungen.

Inneres Einrastverfahren:

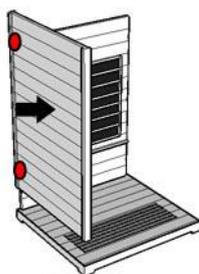
Das innere Verriegelungssystem ist nach dem Aufbau der Sauna völlig unsichtbar. Sie finden die Klickverschlüsse an den Seiten jeder Platte. Durch das Einschieben des Verschluss es in das passende Gegenstück, haften die Seitenwände aneinander. (Bild G2).



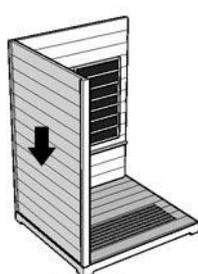
Richten Sie das Seitenteil auf



Heben Sie das Seitenteil einige Zentimeter an



Schieben Sie das Seitenteil in die Führung



Lassen Sie das Seitenteil langsam auf den Boden gleiten

Um die Seitenwände zu verbinden, folgen Sie bitte den Anweisungen.

1. Heben Sie die Platte mit dem abstehendem Verschluss (Bild G2 ganz links) einige Zentimeter an.
2. Drücken Sie die Platte an die aufgestellte Platte. Achten Sie vor allem auf genügend Druck an der oberen und unteren Ecke, damit die Verschlüsse an der richtigen Position sind.
3. Schieben Sie die angehobene Platte langsam nach unten, sodass die Verschlüsse einhaken.
4. Überprüfen Sie die

Bild G1: Inneres Einrastverfahren

Seitenwände, um sicherzustellen, dass alle Verschlüsse eingehakt sind und die Wände in der korrekten Position stehen.

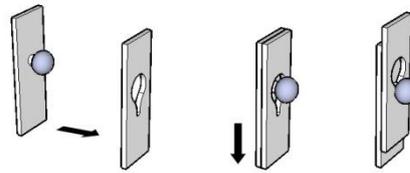


Bild G2: Inneres Einrastverfahren

Äußeres Klickverschlussverfahren:

Das Klickverschlussssystem an der Außenseite der Sauna besteht aus zwei Halterungen, die sich fest verbinden, indem man die Hauptschleife über die gegenüberliegende Seite zieht und einrasten lässt.

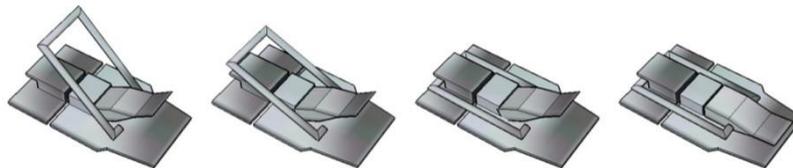
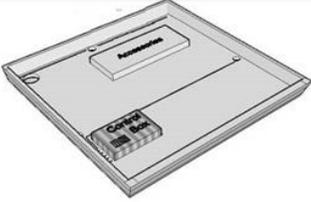


Bild G3: Äußeres Klickverschlussverfahren

Struktur

Folgende Teile beinhaltet die Redsun M – Serie:

Nr.	Beschreibung	Bild
1	Deckel	
2	obere Platte	
3	Bodenplatte	
4	Rückwand	

5	linke Seitenwand	
6	rechte Seitenwand	
7	Wadenstrahler	
8	Sitzbank	

9	Front inkl. Glastür	
10	Türgriff	
11	Sauerstoffionisator	
12	Media Player	

13	Fernbedienung	Nicht enthalten
14	Farblicht	
15	Fernbedienung für das Farblicht	

Starten Sie mit dem Aufbau

Legen Sie die Pakete flach auf den Boden und öffnen Sie diese sorgfältig. Kleinteile, Zubehör und die Bedienungsanleitung finden Sie in dem Boden- und Deckelpaket unter der Staubabdeckung. (Bild G4).

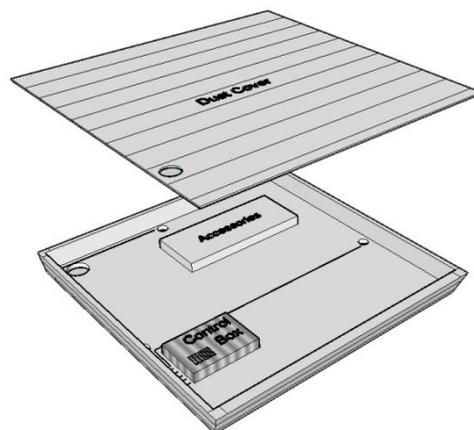


Bild G4: Entfernen Sie die Staubabdeckung

Bodenplatte

Legen Sie die Bodenplatte flach auf die gewünschte Position. Stellen Sie sicher, dass Sie um die ganze Bodenplatte genug Platz haben, um die Seitenwände anzubringen. Sobald Sie die Montage erfolgreich abgeschlossen haben, können Sie die Kabine an die Wand in die gewünschte Position schieben.

Tipps:

- Die Bodenplatte ist an einer Seite mit einem „X“ gekennzeichnet. Diese Seite muss nach hinten. Hat Ihre Kabine auch im Fußboden Strahler? Dann muss die Seite mit den Fußbodenstrahlern generell nach vorne.

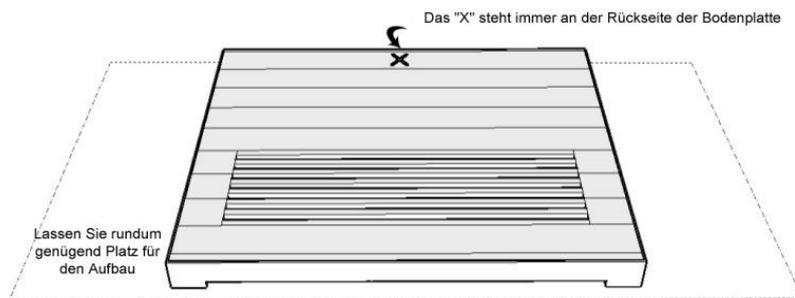


Bild A1: Bodenplatte

Rückwand

Platzieren Sie die Rückwand an das hintere Ende (mit „X“ gekennzeichnet) der Bodenplatte (Bild A2).

Linke Seitenwand

Verbinden Sie die linke Seitenwand mit der Rückwand. Die Seitenwand verfügt über 2-4 Klickverschlüsse am unteren Ende. Stellen Sie sicher, dass auch diese Wand korrekt verbunden wurde und die Wände eben sind.

Siehe Seite 4-5: Klickverschlussverfahren

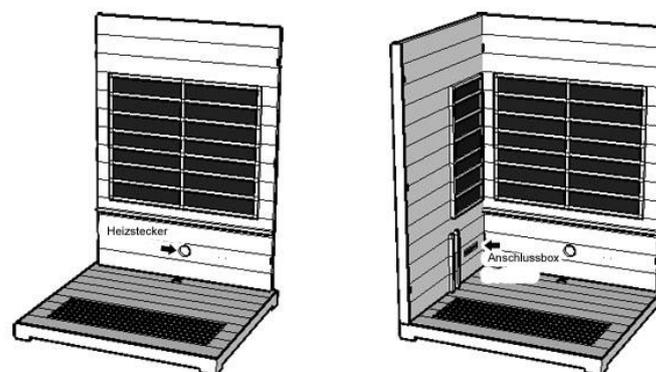


Bild A2: Rückwand und linke Seitenwand

Montage der Sitzbank

Platzieren Sie die Front der Bank auf der Bodenplatte. An den Seitenwänden finden Sie hierfür Führungen. Die Sitzfläche können Sie nun von der rechten Seite Richtung linke Seitenwand schieben. In der Rückwand befindet sich hierfür eine Führung, damit die Sitzfläche auch Halt hat. (Bild A3). Denken Sie auch daran die Verkabelung der Infrarotstrahler unter der Bank vorzunehmen.

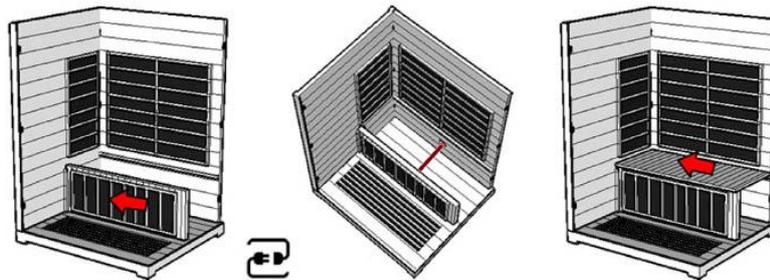


Bild A3: Montage der Sitzbank

Rechte Seitenwand

Verbinden Sie die rechte Seitenwand, wie die linke Seitenwand mit der Rückwand. Stellen Sie sicher, dass auch diese Wand korrekt verbunden wurde und die Wände eben sind. (Bild A4)

Siehe Seite 4-5: Klickverschlussverfahren/Einrastverfahren

Tipp:

- Um beim Einbau der rechten Seitenwand die Bank in die richtige Führung zu positionieren, kann sich eine Person in die Sauna stellen. Auch die Überprüfung der Klickverschlüsse an den Ecken, kann so besser durchgeführt werden. Sollte der untere Klickverschluss nicht korrekt einrasten, stellen Sie sicher, dass die Bank nicht aus der Führung gerutscht ist und die Seitenwand blockiert.

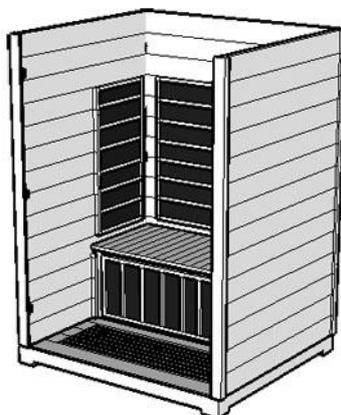


Bild A4: Rechte Seitenwand

Frontplatte/ Vordere Wand

Wichtig:

Bringen Sie den Handgriff an, bevor die Front an die Sauna montiert wird!

Verbinden Sie die Front mit beiden Seitenwänden. (Bild A5).

Siehe Seite 4-5: Klickverschlussverfahren/Einrastverfahren

Tipp:

- Stellen Sie sicher, dass die Ecken der Seitenwände und die Kanten der Frontplatte korrekt ausgerichtet sind.
- Aufgrund der Glastür ist die Frontplatte sehr schwer. Diese sollten Sie nur zu zweit heben.
- Für die Ausrichtung der Klickverschlüsse, Ecken und Kanten kann sich eine Person in die Kabine stellen.
- Von innen lässt sich sicherstellen, ob die Klickverschlüsse in einander greifen und alles verriegelt ist.

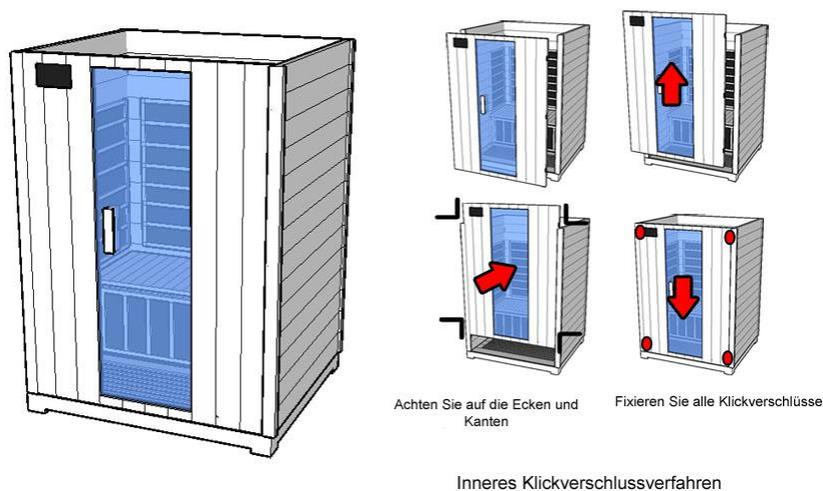


Bild A5: Frontplatte

Deckelplatte

Heben Sie die Deckelplatte über die Sauna. Führen Sie die Kabel für das Bedienelement, den Temperatursensor und die Infrarotstrahler durch die Öffnung in der Decke.

Verbinden Sie das Bedienelement-Kabel (Weißes Kabel) und das Kabel für den Wärmesensor auf dem Dach der Sauna mit dem 2-Pin-Kabel.

Stecken Sie die Netzteile der Infrarotstrahler in die Steuereinheit. Dabei ist es nicht wichtig, wo welcher Stecker platziert wird. (Bild A6).

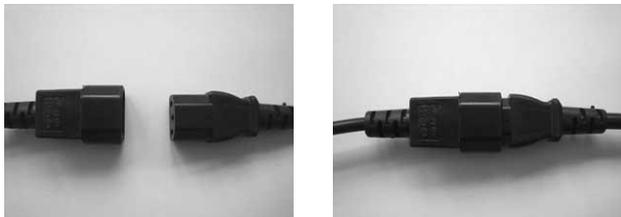
Platzieren Sie zuletzt die Staubabdeckung über das Saunadach und ziehen Sie den Netzstecker durch die Öffnung. Stellen Sie sicher, dass die Lüftungslöcher der Saunadecke mit denen der Staubabdeckung übereinstimmen, damit die Sauna gut durchlüftet wird.



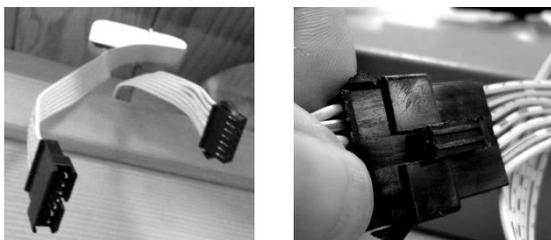
Bild A6: Deckelplatte und Kabelverbindungen

Anschluss am Dach

1. Verbinden Sie die Heizkabel folgendermaßen:



2. Verbinden Sie die Steuerleitungen folgendermaßen:



Zubehör

Ionisator

Suchen Sie vorab den 1poligen Saunastecker für den Saunadecke. Verbinden Sie den Stecker mit dem Sie ihn mit den Kreuzschrauben in die Rückwand der



Ionisator aus der Ionisator und schrauben Sauna.



Grob gesagt reinigt das Gerät Ihre Umgebungsluft von Schadstoffen, neutralisiert schlechte Gerüche und bringt frische Luft in Ihre Infrarotkabine. Ins Detail gegangen, strömt aus dem Ionisator positive Elektrizität. Umgebungsluft die auf den Ionisator trifft erfüllt sich mit negativen Ionen. Die aus dem Gerät strömenden Sauerstoff-Ionen ziehen die in verbrauchter Raumluft befindlichen positiv geladenen Bakterien, Pollen etc. wie ein Magnet in das Gerät wo sie haften bleiben.

- Die Duft-Tablette verbreitet eine konstante Zitrusfrische in ihrer Saunakabine.

Sie können die Duft-Tablette austauschen, indem sie das Gerät von der Wand nehmen und den unteren Deckel mit einer Drehbewegung öffnen. Hier wird nun die neue Tablette eingelegt und das Gerät wieder verschlossen.

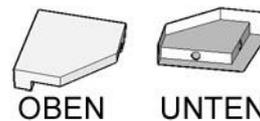
Dank der Ozonreinigung wird ihre Luft komplett gereinigt und von Bakterien, Viren, Allergenen, Mikroorganismen, Pilzen, organische und zum Teil auch chemische Substanzen befreit. Die Luft wird desinfiziert und ist daher vor allem für Allergiker geeignet. Es werden unangenehme Gerüche, Rauch und Staub aus der Luft gefiltert. Sie kommen mit dem Ozongas gar nicht in Berührung, da Ozon nach ca. 40 min. zerfällt. Dabei bleiben keinerlei Rückstände übrig.

Bedienung:

Vor und während des Saunagangs wählen Sie die Option "Ion", um luftgetragene Partikel zu entfernen (im Betrieb leuchtet das grüne Lämpchen). Nach der Nutzung der Sauna, wählen Sie die Option „O3“, um geruchsbildende Bakterien aus der Luft zu entfernen (im Betrieb leuchtet das rote Lämpchen).

Getränkhalter (optional)

Der Getränkhalter ist ein kleiner Holztisch, der je Kundenwunsch in die rechte oder linke Ecke der werden kann. Montieren Sie den Getränkhalter direkt an oder vor die Strahler. Bei einigen Modellen Ecksaunen ist kein Getränkhalter im Lieferumfang enthalten.



nach
Sauna montiert
allerdings nicht
mit Glasfront oder

Magazinhalter (optional)

Der Magazinhalter kann entweder an der Frontseite vor dem Seitenwand montiert werden. Auch hier gilt wie bei dem Magazinhalter darf nicht an oder vor die Strahler montiert Zeitschriftenhalters kann je nach Modell variieren.



Fenster, oder an der
Getränkhalter: Der
werden. Die Größe des

Handtuchhalter (optional)

Bei Modellen mit Vollglasstüren kann der der Vorderwand oder an der Seitenwand installiert Sie den Handtuchhalter nicht vor oder an den Strahlern.



Handtuchhalter an
werden. Montieren

Bei Modellen mit Holzrahmentüren oder Türen aus Holz, können Sie den Handtuchhalter mittig am Türrahmen befestigen und ihn als Türgriff verwenden.

Farblichttherapie (Einstellungen gelten für alle Bedienelemente)

1. Halten Sie den „LED“ Knopf ca. 2 Sekunden gedrückt, bis die Zeit- und Temperaturanzeige aktiviert wird.
2. Um die Farbe manuell zu wechseln, betätigen Sie jetzt die „+“ oder „-“ Tasten unter der Temperaturanzeige. Folgende Optionen stehen Ihnen zur Verfügung:

- 1L: sanfter Farbwechsel
- 2L: abrupter Farbwechsel
- 3L: dauerhaft alle Farben
- 4L: dauerhaft rot blau
- 5L: dauerhaft blau
- 6L: dauerhaft blau grün
- 7L: dauerhaft grün
- 8L: dauerhaft grün rot
- 9L: dauerhaft rot

3. Um das Zeitintervall der verschiedenen Farben einzustellen, betätigen Sie die „+“ oder „-“ Taste unter der Zeitanzeige. Hierzu ebenfalls eine kurze Legende:

- „-“: kein Zeitlimit
- 1-60: Die Einheit ist Minute

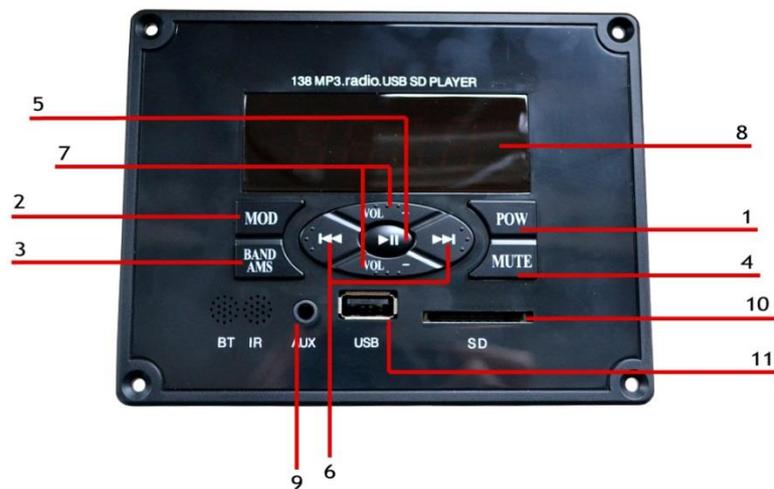
Sie können also die Dauer bestimmen oder das Licht ohne Zeitlimit anstellen, bis Sie es nicht mehr benötigen.

Handgriff

Bringen Sie den Handgriff an, bevor die Front an die Sauna montiert wird! Den Handgriff verbinden Sie mit den beiliegenden Schrauben. (4 Stück)



Radio (je nach Modell)



1. **POWER** 
Mit dieser Taste schalten Sie das Radio ein. Durch erneutes betätigen, schaltet sich das Radio wieder aus.
2. **MODE**
Durch das Betätigen der „MOD“ Taste können Sie zwischen AUX oder Bluetooth wechseln.
Bluetooth: nach dem Einschalten des Radios können Sie direkt die Verbindung zwischen Player und Handy herstellen (Sauna BT), ohne „MOD“ betätigen zu müssen. Sollte Ihnen keine Bluetooth-Verbindung angezeigt werden, betätigen Sie zwei Mal den „MOD“- Button.
USD/SD: Bei dem Einführen der Karte wird die Musik sofort abgespielt.
3. **BAND/AMS**
Durch kurzes Betätigen dieser Taste können Sie zwischen FM und AM wechseln. Durch längeres Halten dieser Taste speichert das Radio diese Einstellung.
4. **MUTE** 
Mit dieser Taste lässt sich das Radio auf Lautlos stellen.
5. **PLAY/PAUSE** 
Durch Betätigen dieser Taste im Radio-Modus werden der Reihe nach abgespeicherte Sender abgespielt. Wenn Sie Musik über Bluetooth, einen USB-Stick oder einer SD-Karte laufen lassen, lässt sich die Musik hiermit stoppen und wieder starten.
6. **NAVIGATIONSTASTEN** 
Im Radio-Modus: Suchen Sie mit diesen Tasten automatisch nach Sendern, wenn Sie die Taste kurz drücken. Halten Sie die Taste für etwa 2 Sekunden um die Frequenz manuell einzustellen.
Wenn Sie Musik über Bluetooth, einen USB-Stick, über den AUX-Anschluss oder einer SD-Karte laufen lassen, können Sie mit den Navigationstasten vor und zurück schalten. Beim

Halten der Tasten für ca. 2 Sekunden können Sie vor- oder zurückspulen. Mit der PLAY/PAUSE-Taste beenden Sie das spulen wieder.

7. LAUTSTÄRKE

Stellen Sie mit diesen Tasten die Lautstärke ein. Im Display sehen Sie die Lautstärke. Diese ist zwischen 0 und 40 wählbar.

8. DISPLAY

9. AUX-Anschluss

10. SD-Karten-Eingang 

11. USB-Eingang 

Bitte beachten Sie, dass die Speicherkarte oder der USB-Stick keine größere Kapazität als 16 GB haben darf, da diese über das Radio sonst nicht abgespielt werden können.

Technische Daten

AM

Frequenzbereich

522 KHZ ~ 1620 KHZ

FM

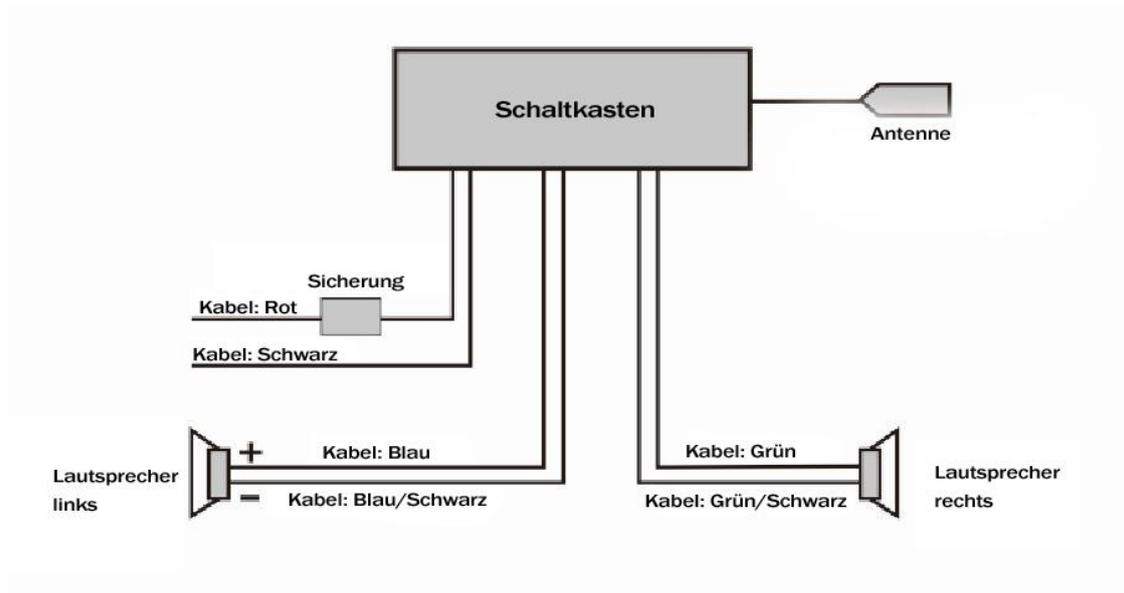
Frequenzbereich

87,5 MHZ ~ 108,0 MHZ

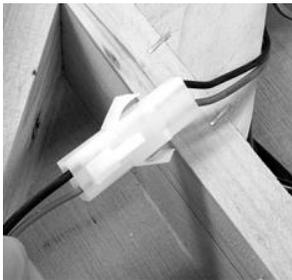
Fehlermeldungen

Fehler	Fehlerbehebung
Bedienelement reagiert nicht, kein Strom	Überprüfen Sie alle Verbindungen des Radios und den Stromanschluss
Schlechter oder gar kein Empfang	Überprüfen Sie den Standort der Antenne. Diese sollte freigelegt sein.
Erkennt die SD-Karte oder den USB-Stick nicht	Überprüfen Sie ob die Karte oder der USB-Stick richtig angeschlossen sind. Überprüfen Sie, ob die SD-Karte oder der USB-Stick funktionieren.

Anschlussplan



Steckverbindung Sicherung und Lautsprecher (Beispiel)

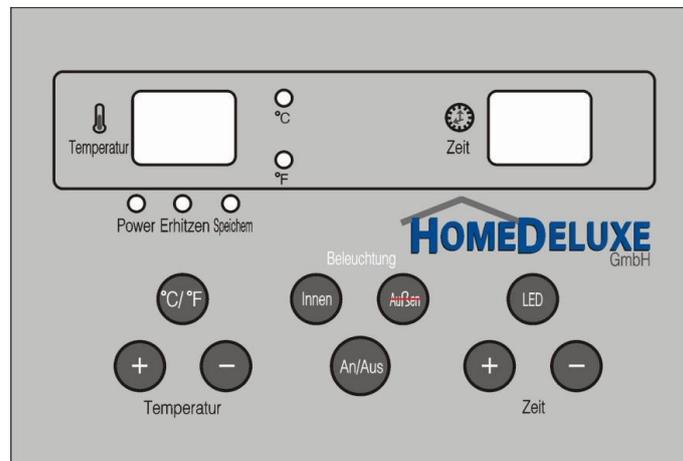


Steckverbindung Antennenkabel



Bedienelemente (je nach Modellausführung)

(Display Ausführung HW)



Temperatur +/-	Temperatur-Einstellung
Zeit +/-	Zeit-Einstellung
Power/Erhitzen/Speichern	Kabine Ein- und Ausschalten
°C/°F	Wechseln zwischen °C und °F
Innen	Ein- und Ausschaltung Innenbeleuchtung
Außen	Ein- und Ausschalten Außenbeleuchtung
LED	Ein- und Ausschalten Farblichttherapie

AN/AUS:

Mit dieser Taste stellen Sie die Sauna an oder aus. Das linke Display zeigt Ihnen die Temperatur und das rechte die Zeit an.

„+“ und „-“

Temperatur und Zeit können Sie mit den jeweiligen +/- Tasten erhöhen und senken. Die Temperatur ist zwischen 30°C und 60°C einstellbar. Außerdem merkt sich die Kabine die zuletzt eingestellte Temperatur bis zum nächsten Saunagang. Der einstellbare Bereich der Zeit liegt zwischen 5 und max. 60 Minuten. Bleiben nur noch 5 Minuten über, setzt ein Alarm ein. Der Temperaturfühler befindet sich in der Decke der Sauna und schaltet sich wieder ein, sobald die eingestellte Temperatur abfällt. Hierdurch kann es zu leichten Temperaturabweichungen kommen, die jedoch kaum spürbar sind.

°C/°F°

Sie können mit dieser Taste zwischen der Anzeige Celsius zu Fahrenheit wechseln.

Innen

Mit dieser Taste können Sie die Innenbeleuchtung steuern. Dies ist natürlich nur möglich, wenn Sie die Sauna zuvor mit der An/Aus-Taste gestartet haben.

Außen

Hier können Sie, wie bei der Innenbeleuchtung, die Außenbeleuchtung steuern. Auch hier ist die Steuerung nur möglich, wenn die Sauna bereits an ist.

LED

Durch diese Taste steuern Sie die Farblichttherapie. Wenn Sie diese 2 Sekunden lang halten und ein „XL“ erscheint, können Sie mit den „Temperatur +/-“-Tasten eine Zahl zwischen 1 - 9 wählen. Folgende Funktionen können eingestellt werden:

- 1L = Konstanter Wechsel
- 2L = Schneller Wechsel
- 3L = Alle Farben
- 4L = Rot und Blau
- 5L = Blau
- 6L = Blau und Grün
- 7L = Grün
- 8L = Grün und Rot
- 9L = Rot

(Display Ausführung QL)



AN/AUS:

Mit dieser Taste stellen Sie die Sauna an oder aus. Das linke Display zeigt Ihnen die Temperatur und das rechte die Zeit an.

„+“ und „-“

Temperatur und Zeit können Sie mit den jeweiligen +/- Tasten erhöhen und senken. Die Temperatur ist zwischen 30°C und 60°C einstellbar. Außerdem merkt sich die Kabine die zuletzt eingestellte Temperatur bis zum nächsten Saunagang. Der einstellbare Bereich der Zeit liegt zwischen 5 und max. 60 Minuten. Bleiben nur noch 5 Minuten über, setzt ein Alarm ein. Der Temperaturfühler befindet sich in der Decke der Sauna und schaltet sich wieder ein, sobald die eingestellte Temperatur abfällt. Hierdurch kann es zu leichten Temperaturabweichungen kommen, die jedoch kaum spürbar sind.

C°/F°

Sie können mit dieser Taste zwischen der Anzeige Celsius zu Fahrenheit wechseln.

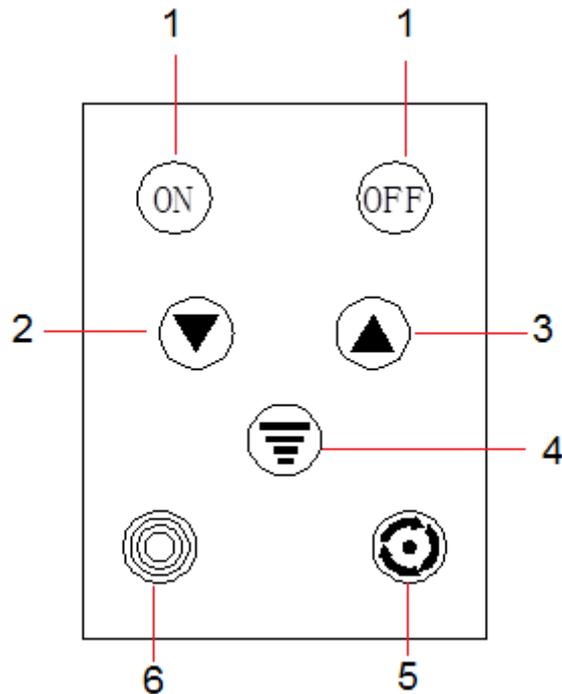
In/Out

Mit diesen Tasten können Sie das Licht einstellen.

In: Licht innerhalb der Sauna

Out: Licht außerhalb der Sauna am Kranz über der Tür.

Übersicht Fernbedienung:



Anleitung zur Farblichttherapie

1. Drücken Sie "ON" oder "OFF", um die Lichttherapie ein- und auszuschalten.
2. Drücken Sie "▼", um die Farbe manuell zu ändern: rot, grün, blau/türkis, gelb, lila, blau, weiß.
3. Drücken Sie "▲", um die Farbe manuell zu ändern: weiß, blau, lila, gelb, blau/türkis, grün, rot.
4.  drücken, um die Intensität des Lichtes von stark zu schwach zu ändern.
5. Drücken Sie  für einen abrupten Farbwechsel von rot, grün, blau, gelb, lila, blau, weiß. Wenn Sie den Zyklus beenden möchten, drücken Sie bitte "▼" oder "▲".
6. Drücken Sie  für fließenden Farbverlauf von rot, grün, blau, gelb, lila, blau, weiß. Wenn Sie den Zyklus beenden möchten, drücken Sie bitte "▼" oder "▲".

Gebrauchsanleitung

Lassen Sie die Infrarotkabine 15-20 Minuten aufheizen bis Sie etwa eine Temperatur von 43°C (110F) erreicht. Sie können die Lüftungsschlitze zum Aufheizen schließen, um den Vorgang zu beschleunigen. Trinken Sie vor und nach dem Saunagang viel Wasser, da Sie durch das Schwitzen viel Flüssigkeit verlieren. Wir empfehlen Ihnen nicht länger als 40 Minuten für einen Saunagang. Wenn Sie merken, dass die Luft stickig wird, öffnen Sie die Lüftungsschlitze an der Saunadecke.

Tipp:

- Starten Sie Ihren Saunagang etwa 10°C bevor die Wunschtemperatur erreicht wird. Beispiel: Wenn Sie die Temperatur auf 52°C eingestellt haben, setzen Sie sich schon bei 46°C in die Kabine.
- Laut Kundenerfahrungen liegt die angenehmste Temperatur bei ca. 52°C.

Benutzungs- und Sicherheitshinweise

Lesen Sie alle Informationen für Sicherheit und Gesundheit durch. Falls Sie unschlüssig sind, ob Sie die Sauna benutzen können oder dürfen, konsultieren Sie Ihren Arzt. Falls Sie sich während der Benutzung schwindelig oder überhitzt fühlen, verlassen Sie die Infrarotkabine unverzüglich.

1. Stellen Sie die Temperatur auf ein komfortables Level ein (40-50°C)
2. Die Schweißproduktion beginnt nach ca. 8-15 Minuten nach dem Betreten der Infrarotkabine. Wir empfehlen die Sauna nicht mehr als 40 Minuten am Stück zu benutzen.
3. Trinken Sie vor, während und nach dem Saunagang viel Wasser.
4. Wenn Sie vor der Benutzung warm oder heiß duschen regen Sie die Schweißdrüsen zusätzlich an. Probieren Sie die Dusche vor dem Benutzen der Sauna mal aus, um festzustellen was Sie bevorzugen. Sie sollten allerdings darauf achten, dass Sie komplett trocken in die Sauna steigen, da das Holz durch das Wasser beschädigt werden kann.
5. Verwenden Sie 2-3 Handtücher während Ihres Saunagangs, um den Schweiß abzuwischen und das Holz davor zu schützen.
6. Nehmen Sie eine Stunde vor Benutzung keine Nahrung mehr zu sich, da dies zu Unbehagen führen kann.
7. Bei Anzeichen einer Erkältung oder Grippe, kann ein Saunagang helfen, das Immunsystem zu stärken. Falls Sie richtig krank sind reden Sie vor der Benutzung mit Ihrem Arzt.
8. Gehen Sie nach dem Saunagang nicht direkt duschen. Lassen Sie Ihren Körper erst etwas auskühlen. Beginnen Sie dann mit einer warmen Dusche und senken Sie die Temperatur bei Bedarf langsam.
9. Benutzen Sie die Sauna nicht unmittelbar nach einem harten Training oder harter Arbeit. Lassen Sie Ihren Körper erst einmal runterfahren.
10. Lassen Sie keine entzündbaren Gegenstände in der Infrarotkabine liegen.
11. Um Brände und elektrische Schocks zu vermeiden, verwenden Sie keine Metallwerkzeuge für die Heizelemente. Falls Sie die Glühbirne austauschen müssen, schalten Sie die Kabine erst ab und lassen Sie die Glühbirne abkühlen.
12. Halten Sie Flüssigkeiten von den Strahlern ab, um Kurzschlüsse zu verhindern.
13. Halten Sie Ihre Haustiere von der Infrarotkabine fern.

Reinigung und Instandhaltung

Verwenden Sie ein sauberes, feuchtes Tuch, um die Bank, den Fußboden und die Wände abzuwischen. Verwenden Sie keine zu nassen Tücher und Reinigungsmittel, die das Holz angreifen.

Wir empfehlen dies nach jedem Saunagang. Achten Sie darauf, die Sauna sauber und trocken zu halten. Handtücher, Flaschen und Gläser müssen nach Gebrauch aus der Sauna genommen werden. Auch die Außenflächen können Sie mit einem feuchten Tusch reinigen. Die Glasfront/-tür können Sie mit Glasreiniger vorsichtig reinigen (je nach Gebrauch ca. 1x im Monat).

Holzpflge

Sollten die Saunawände von außen mal zerkratzt oder abgerieben sein, können Sie diese mit Möbelpolitur, Öl oder anderen Möbelpflegemitteln bearbeiten. Weitere Kratzer oder Schrammen im Blickfeld, z.B. in der Kabine, können geschliffen, oder geklebt und geschliffen werden. Bitte behandeln Sie das Holz nicht mit benzolhaltigen Mitteln oder Mittel mit einer hohen Alkoholkonzentration.

Außensaunen sollten jährlich begutachtet werden. Sollten sich Risse im Lack gebildet haben, schleifen Sie die Oberfläche vorsichtig ab und lackieren Sie die betroffene Stelle. Fragen Sie Ihren Handwerker oder im Baumarkt, wie Sie das Holz im Außenbereich zu pflegen haben.

Gesundheitliche Vorteile

Entgiftung und Körperreinigung

Die Entgiftung ist ein Prozess, bei dem toxische Substanzen aus unserer Umwelt, Ernährung und aus unserem Körper als etwas Harmloses ausgeschieden werden. Schwitzen ist der natürliche Weg, uns von Giftstoffen durch die Haut zu befreien. Die Infrarotstrahlen dringen tief unter die Haut und helfen dem Körper, tief begrabene Giftstoffe, loszuwerden.

Gewichtsverlust

Infrarotkabinen helfen nachweislich Gewicht zu verlieren und Kalorien zu verbrennen. Laut der American Medical Association, kann ein Saunagang bis zu 700 Kalorien verbrennen.

Schmerzen und Entzündungen

Die Infrarotwellen dringen tief in den Muskel ein und sorgen dort für eine langanhaltende Schmerzlinderung. Darüber hinaus konnten Infrarotsaunen Rheuma-Patienten zu einer kurzzeitig Verbesserung hinsichtlich der Schmerzen, Steifheit und Müdigkeit verhelfen. Außerdem geht der Trend hin zu langfristig positiven Auswirkungen für Patienten.

Hautreinigung

Während des Saunagangs wird die Haut von toten Zellen gereinigt. Die Wärme entspannt das Gesicht, löst Spannungen und verbessert die Hautelastizität. Beim Schwitzen werden Bakterien ausgespült und die Poren öffnen sich. Ein reines Hautbild ist das Ergebnis.

Herz-Kreislauf-Training

Finnische Wissenschaftler sind zu der Erkenntnis gelangt, dass regelmäßige Saunagänge zu einem gesünderen Körperzustand verhelfen. Durch das regelmäßige Aufwärmen und Abkühlen, werden die Blutgefäße elastischer und geschmeidiger.

Niedriger Blutdruck und verbesserte Durchblutung

Durch die Erweiterung der Blutgefäße werden diese näher an die Hautoberfläche geschafft. Die Durchblutung wird besser und der Blutdruck niedriger. Die Wirkung ist nur vorübergehend. Forschungen belegen aber, dass häufige Saunagänge den Blutdruck auch dauerhaft niedrig halten können.

HINWEIS:

Unser Unternehmen bietet keine medizinische Beratung, Bildung oder Behandlung. Diese Informationen dienen nur zu allgemeinen Informationszwecken und sind nicht auf jede Krankheit abgestimmt. Fragen Sie also unbedingt Ihren Arzt, wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie die Sauna benutzen können.

Gründe, bei denen Sie die Sauna nicht benutzen sollten

Medikamente

Personen, die verschreibungspflichtige Medikamente zu sich nehmen, sollten den Rat Ihres Arztes oder Apotheker einholen. Die Infrarotwellen können die Wirkung eventuell verändern, einschränken oder verstärken.

Kinder

Die Körpertemperatur von Kindern steigt viel schneller als die Körpertemperatur von Erwachsenen. Wenden Sie sich also an den Kinderarzt oder Hautarzt.

Ältere Menschen

Die Fähigkeit, die Körpertemperatur zu halten, nimmt mit dem Alter ab. Das beeinflusst vor allem den Kreislauf. Durch die verminderte Drüsenfunktion, kann der Körper die Temperatur durch das Schwitzen nicht senken.

Herz-Kreislauf-Probleme

Personen mit Herz- und Gefäßkrankheiten oder Problemen, sollten äußerst vorsichtig sein, wenn Sie längere Zeit der Hitze ausgesetzt sind.

Alkohol

Entgegen der Meinung, man könne einen "Kater" ausschwitzen, ist es nicht ratsam die Sauna alkoholisiert zu benutzen. Alkohol beeinflusst das Urteil über den eigenen Körper. Daher können betrunkene Personen nicht erkennen, wenn der Körper eine negative Reaktion auf die Hitze hervorruft. Alkohol erhöht die Herzfrequenz, sowie Hitzestress.

Chronische Erkrankungen

Parkinson, Multiple Sklerose, Zentralnervensystem-Tumore und Diabetes mit Neuropathie sind Bedingungen, die das Schwitzen einschränken und somit Schaden anrichten können.

Hämophile und Personen, die anfällig für Blutungen sind

Die Sauna sollte von jedem, der anfällig für Blutungen ist, vermieden werden.

Fieber

Personen, die an Fieber leiden, sollten die Sauna nicht nutzen.

Unempfindlichkeit gegen Hitze

Personen, die extrem unempfindlich gegen Hitze sind, sollten die Sauna nicht nutzen.

Schwangerschaft

Aufgrund der hohen Temperatur, sollten schwangere Frauen vor einem Saunagang mit Ihrem Arzt sprechen.

Sollten Sie während Ihres Saunagangs Schmerzen verspüren oder Beschwerden haben, verlassen Sie umgehend die Sauna!

Fehlerbehebung

Die Sauna lässt sich nicht einschalten

- Stellen Sie sicher, dass alle Kabel korrekt miteinander verbunden sind und die Stecker richtig eingesteckt sind.
- Stellen Sie sicher, dass der Leistungsschalter nicht ausgeschaltet ist.
- Vergewissern Sie sich, dass auch die Verbindungen zum Bedienfeld richtig angeschlossen sind.
- Vergewissern Sie sich, dass auf der Steckdose Strom läuft, indem Sie ein anderes Gerät anschließen.

Das Licht funktioniert nicht

- Wechseln Sie die Glühbirne.

Alle Infrarotstrahler funktionieren nicht

- Achten Sie darauf, dass alle Stecker fest mit der Steuerbox verbunden sind (die Steuerbox finden Sie auf der Sauna).
- Vergewissern Sie sich, dass die Sauna an der richtigen Stromversorgung angeschlossen ist.
- Stellen Sie sicher, dass der Wärmesensor richtig angeschlossen ist.

Einer oder wenige Strahler funktionieren nicht

- Achten Sie darauf, dass alle Stecker fest mit der Steuerbox verbunden sind (die Steuerbox finden Sie auf der Sauna)
- Achten Sie darauf, dass die Strahler unter der Sitzbank angeschlossen sind.
- Stellen Sie sicher, dass der Stecker hinter dem Strahler richtig eingesteckt ist.

Das Bedienfeld zeigt etwas Ungewöhnliches an

- Wenn die Temperaturanzeige über 150F oder 230F anzeigt, überprüfen Sie die Verbindung des Wärmesensors.
- Wenn das Bedienfeld 2 Striche (--) anzeigt, heizt die Sauna durchgehend. Drücken Sie die Timer-Taste, um zum Zeitarbeitsmodus zurückzukehren.

Falls Sie ein weiteres Problem mit der Sauna haben, können Sie uns gerne kontaktieren.

**Wir danken Ihnen
für Ihr Vertrauen und
wünschen viel Vergnügen mit
Ihrem neuen Produkt!**