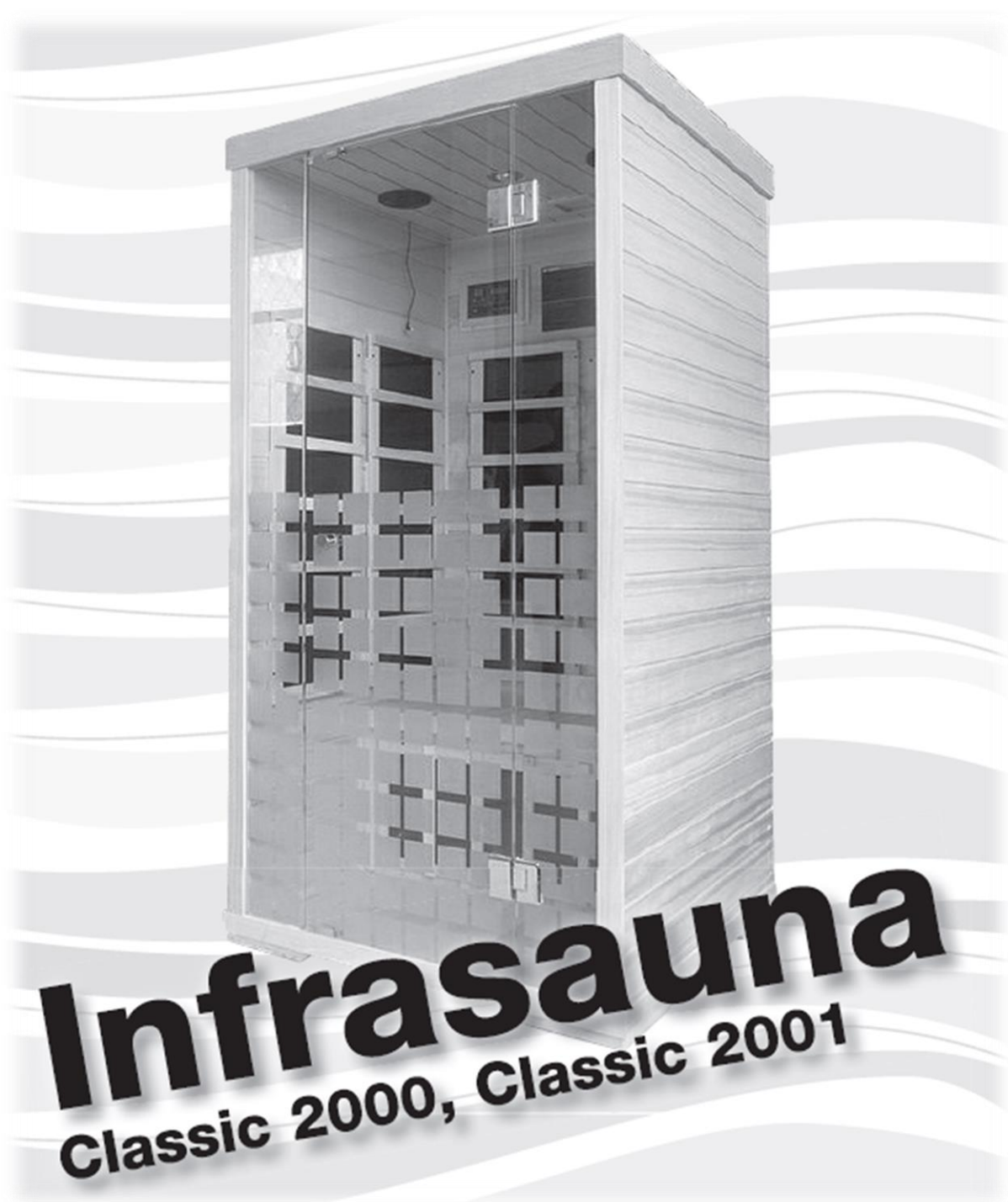


NÁVOD K INŠTALÁCII A POUŽITIU



Sauna : Objavte kúzlo relaxácie a zdravia

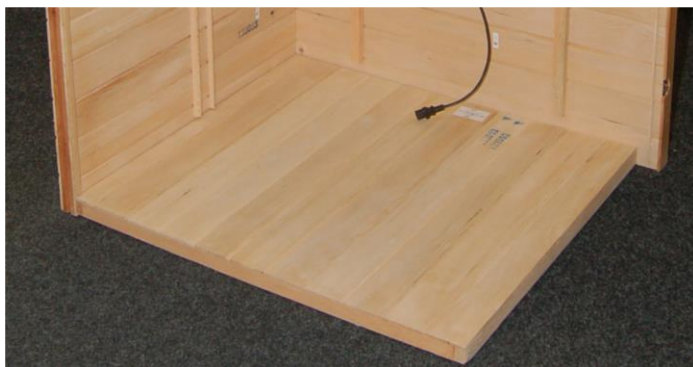
Ďakujeme Vám za to, že ste si vybrali našu infračervenú saunu a blahoželáme Vám k vášmu nákupu. Sme presvedčení, že si celá Vaša rodina užije všetko, čo tento výrobok ponúka, a že ho budete radi využívať po nadchádzajúce roky. Preštudujte si starostlivo a podrobne tento návod predtým, ako pristúpite k prvému použitiu sauny. Odporúčame Vám, aby ste si tento návod uchovali pre účely pravidelných overení a budúcich odkazov.

NÁVOD PRE MODEL CLASSIC 2000 K3

Model Classic 2000 K2 bol inovovaný a nižšie uvádzame jednotlivé rozdiely oproti návodu na minulé modely.

Rozdiely oproti návodu na Classic 2000 K, K2

1. Predné, zadné a bočné panely nie sú umiestnené na podlahovom panely, ale priliehajú k nemu z bokov. V návode sa jedná o zmeny pri bode F, bode H, bode M.
2. Jednotlivé steny sa k sebe nespájajú pomocou skrutiek, ale pomocou kovových spôn.

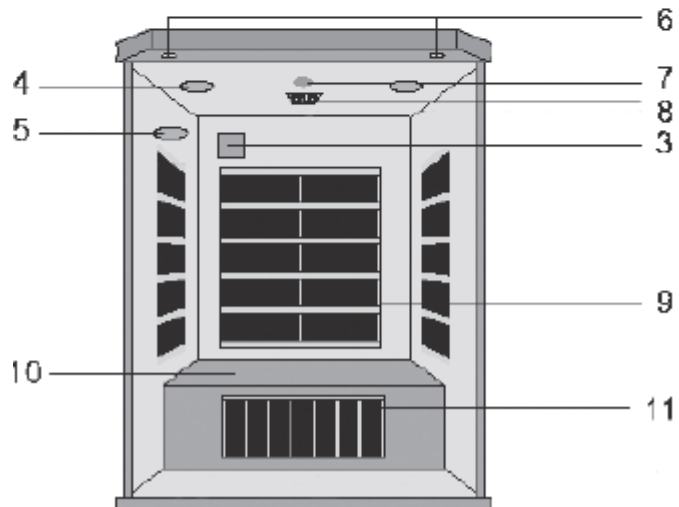
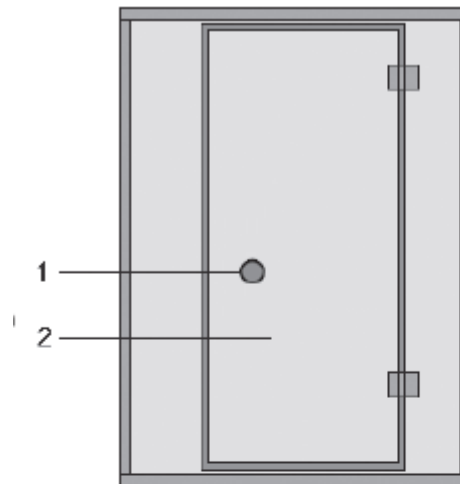


Predstavenie výrobku

Infrasauna je tvorená drevenou kabínou, infračervenými žiaričmi keramickými alebo karbónovými a ovládacím systémom. Drevená kabína obsahuje spodnú dosku, zadnú dosku, ľavú dosku, pravú dosku, prednú dosku, dosku pre žiarič lavice, lavicu, hornú dosku, horný kryt.

Modely s karbónovými žiaričmi

1. Rukoväť dverí
2. Dverové sklo
3. Ovládací panel
4. Reproduktor
5. Kyslíkový ionizátor
6. Strešná lampička
7. Čítacia lampička
8. Vetracia mriežka
9. Karbónový žiarič
10. Lavica
11. Doska pre žiarič lavice



Ovládací skříňka

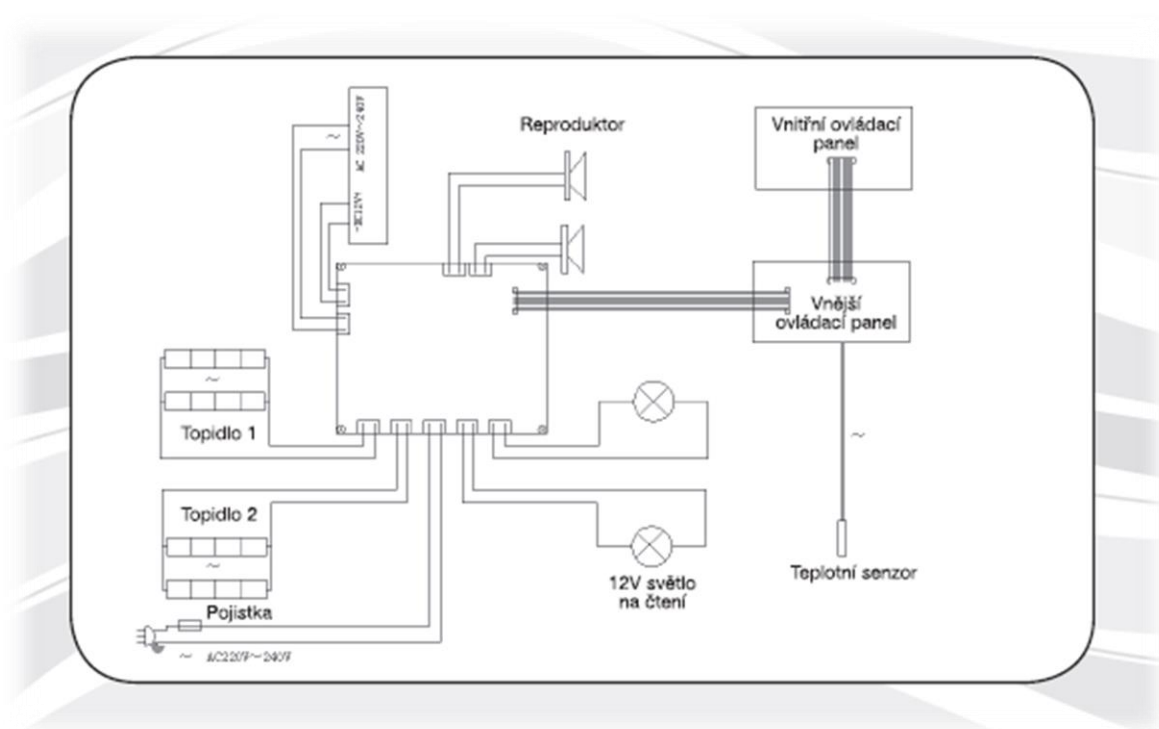


Ovládací skříňka je řídicím centrem sauny.

Schéma zapojení

Je namontovaná na horní desce, přičemž vstupní/výstupní zapojení je uvedeno níže.

SCHÉMA ZAPOJENIA



Karbónový a keramický žiarič

Karbónový žiarič



Keramický žiarič



Montážne pokyny

Pred montážou si starostlivo prečítajte návod na obsluhu. Pre montáž sauny sú potrebné 2 dospelé osoby.

Poznámka: Preštudujte si starostlivo všetky pokyny predtým, ako pristúpite k montáži sauny, a majte na pamäti, že pri jej používaní by mali byť vždy dodržané základné bezpečnostné opatrenia.

Pred samotnou inštaláciou je dôležité vybrať vhodné miesto pre umiestnenie sauny :

- 1) Prívodný kábel napájania musí byť ľahko prístupný
- 2) Miesto pre saunu musí byť suché a rovné
- 3) Musí byť vzdialené od zdroju vody

1) POŽADOVANÉ NÁSTROJE

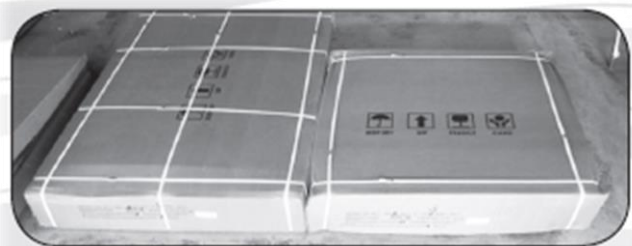
Skrutkovač, rebrík

2) PORADIE PRE MONTÁŽ

Spodná doska – zadná doska – ľavá doska – lavica – pravá doska – predná doska – horná doska

Vaša sauna sa skladá z dvoch kartónov (zľava doprava):

- 1) Ľavý a pravý bok a predná stena
- 2) Podlahový a strešný panel



A. Rozbaľte krabicu obsahujúcu podlahový a strešný panel



B. Z krabice vyberte kartón s príslušenstvom



C. Z kartónu príslušenstva vyberte nasledujúce diely

- 1) Držiak na časopisy
- 2) Polička na nápoje
- 3) Vrečko s rukoväťou dverí a skrutky
- 4) Vešiak na uterák
- 5) Ionizátor

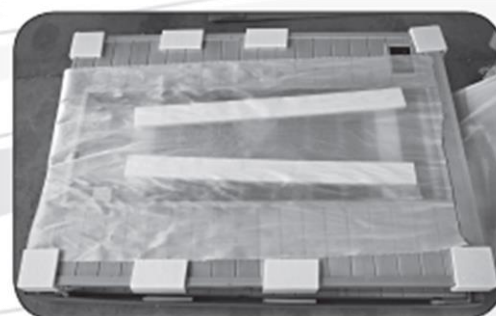


D. Podlahový panel umiestnite na podlahu do miest, kde bude vaša sauna stáť

Dávajte pozor na správnu orientáciu podlahového panelu podľa štítku na jeho vrchnej strane :
back = zadná strana sauny
right = pravá strana sauny
left = ľavá strana sauny
front = predná strana sauny



E. Rozbaľte kartón s predným a oboma bočnými panelmi a prednou sklenenou výplňou



G. Nasadíte pravý zadný panel na podlahový panel

Poznámka : Pri inštalácii predného, zadných a bočných panelov sa uistite, že sedí správne v drážkach na okrajoch podlahového panelu.



H. Nasadíte bočný panel tak, aby zapadol do drážok podlahového panelu a zadného panelu

Pri nasadzovaní zadných panelov sa uistite, že drážka pre umiestnenie lavice na vnútornej stene panelu je orientovaná správne - tak ako na obrázku (bližšie k zadnej stene než k prednej)

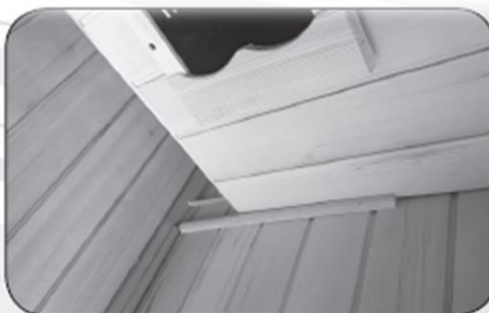


I. Keď sú oba zadné panely usadené, zaistíte ich zopnutím kovových spôn.

Tento krok opakujte po nasadení všetkých panelov (okrem strešného).



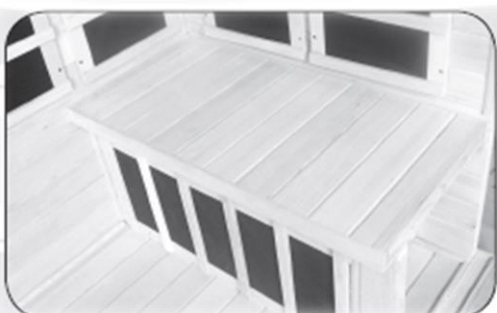
J. Nasadíte prednú časť lavice tak, aby zapadla do drážok na bočnom paneli



K. Zapojte kábel vedúci zo zadnej steny do prednej časti lavice



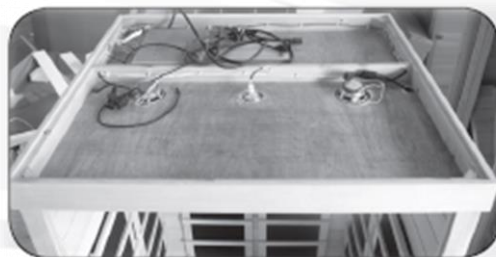
L. Nasad'te vrchnú časť lavice (pozn. zarážky musia byť na spodnej strane)



M. Nasad'te druhý bočný panel tak, aby zapadol do drážok podlahového panelu a zadného panelu a zaistite sponami.



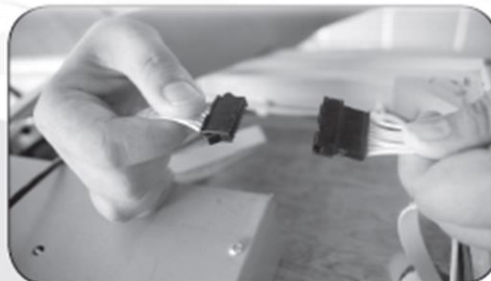
O. Nasadíte strešný panel

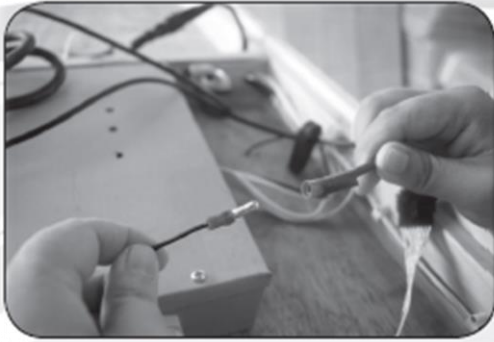


Poznámka: dbajte na správnu orientáciu strešného panelu - strešné LED svetlá musia byť v prednej časti, pri nasadzovaní strešného panelu dajte pozor, aby ste prevliekli všetky káble cez otvory v strešnom paneli.



P. Káble na streche napojte





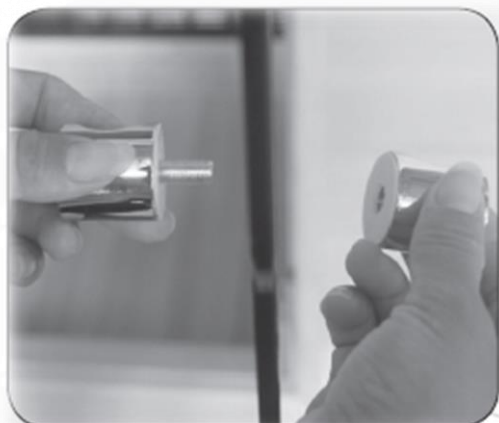
Q. Priklopte na strešný panel kryt strechy a priskrutkujte ho dvanástimi skrutkami $\varnothing 3 \times 22$ mm



R. Do zárezov v podlahe a v strešnom panely zasadíte sklenené dvere



R. Pripevnite rukoväť ku dverám a priskrutkujte



S. Priskrutkujte držiak na časopisy (pokiaľ ho budete chcieť používať) štyrmi skrutkami ø3x33 mm



T. Priskrutkujte vešiak na uterák dvoma skrutkami ø3x 33mm



U. Priskrutkujte poličku na nápoje dvoma skrutkami $\varnothing 3 \times 22 \text{mm}$



V. Pripojte ionizátor ku káblu a priskrutkujte k stene podľa obrázku dole :



BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

1. Pred použitím sauny si starostlivo preštudujte všetky pokyny tohto návodu a dodržujte ich.
2. Keď budete inštalovať a používať toto elektrické zariadenie, mali by ste vždy dodržať základné bezpečnostné opatrenia.
3. Nepoužívajte vašu saunu v blízkosti vody, napríklad blízko vane alebo na mokrom základe alebo v blízkosti bazéna, atď.
4. Napájací kábel by mal byť smerovaný tak, aby bola obmedzená pravdepodobnosť, že na ňu šliapnete alebo že dôjde k jeho zovretiu prvkov, čo budú umiestnené na tomto kábli alebo oproti nemu. Zaisťte poriadnu ochranu napájacieho kábla, nepoložte ho rovno na podlahu, lebo je to veľmi nebezpečné. Keď nebudete zariadenie používať, vyťahnite kábel zo zásuvky a stočte ho.
5. Keď bude nutné vymeniť niektoré diely, uistite sa, že sú príslušné náhradné diely špecifikované výrobcom alebo majú rovnaké charakteristiky ako pôvodné diely. Použitie neautorizovaných dielov môže viesť k požiaru, úrazu elektrickým prúdom alebo iným nebezpečenstvom. Po oprave požiadajte servisného technika o urobenie bezpečnostných kontrol, aby bolo možné stanoviť, že sauna je už v riadnom prevádzkovom stave, potom ju budete môcť opäť používať.
6. Pre zníženie rizika prípadného úrazu nedovoľte deťom používať saunu, pokiaľ nebudú úplne pod dohľadom.
7. Nepoužívajte saunu bezprostredne po namáhavom cvičení. Počkajte aspoň 30 minút, aby ste umožnili svojmu telu ochladiť sa.
8. Nebezpečenstvo prehriatia. Normálna telesná teplota by nemala stúpnuť nad 39°C (103°F). Medzi príznaky nadmerného prehriatia organizmu patria závrate, letargia, ospalosť a mdloby. Následky nadmerného prehriatia organizmu môžu zahrňovať neschopnosť vnímať teplo, telesnou neschopnosť opustiť saunu, nevedenie si hroziaceho nebezpečenstva, strata vedomia a poškodenia plodu u tehotných žien. Pri prehriatí dochádza k zvýšeniu vnútornej teploty vášho tela, a preto sa neodporúča vysoké nastavenie teploty pre saunovanie.
9. Použitie alkoholu, drog alebo niektorých liekov pred saunovaním alebo počas saunovania môže viesť k strate vedomia.
10. Nikdy nezaspíte vo vnútri sauny, keď je sauna v pracovnom režime.
11. Nepoužívajte kvapalné čistiace prostriedky ani aerosolové čističlá vo vnútri sauny, pokiaľ nie sú pre sauny priamo určené.
12. Neukladajte žiadne predmety na hornú alebo vnútornú stenu sauny.
13. Ak dôjde k poškodeniu napájacieho kábla, musíte zaistiť okamžitú výmenu tohto kábla cez výrobcu alebo jeho zástupcu alebo obdobne kvalifikovanou osobu. Pokiaľ zistíte, že je napájací kábel príliš teplý, môže to znamenať, že došlo k problému s elektrickým zariadením, v tomto prípade si vyžiadajte kontrolu od výrobcu alebo jeho zástupcu, aby ste zabránili nebezpečenstvu.
14. Nepoužívajte saunu počas elektrickej búrky, aby ste zabránili nebezpečenstvu úrazu elektrickým prúdom.
15. Nezapínajte ani nevypínajte opakovane napájací a ohrievací systém, lebo by mohlo prísť k poškodeniu elektrického zariadenia.
16. Osušte si ruky predtým, ako budete vkladať zástrčku do riadiaceho obvodu alebo ju budete z tohto obvodu vyťahovať. Nikdy nerobte ovládanie mokrymi rukami alebo mokrým holým chodidlom, aby ste zabránili nebezpečenstvu úrazu elektrickým prúdom. Nedotýkajte sa kovových vývodov zástrčky vašimi prstami.
17. Nepokúšajte sa sami o akúkoľvek opravu; pokiaľ budete mať akýkoľvek problém, obráťte sa na predajného zástupcu alebo výrobcu, inak môže dôjsť k porušeniu bezpečnostných zásad. Neoprávnené pokusy o opravu budú viesť k neplatnosti záruky výrobcu.
18. Uistite sa, že zásuvka pre pripojenie do siete elektrického napájania má dostatočné parametre pre činnosť sauny; pokiaľ bude slabý príkon, mohlo by dôjsť k prehrievaniu zásuvky a prípadne i k spôsobeniu požiaru.
19. Pri niektorých modeloch sauny pod strešnými svetlami je teplota svetla veľmi vysoká, ako náhle zapnete saunu a rozsvietite svetlo. Nedotýkajte sa svetla, mohlo by dôjsť k popáleniu kože. Rovnako sa tohto svetla nedotýkajte po dobu 20 minút po ukončení ohrevu.
20. Nelejte vodu ani iné kvapaliny na infračervené výhrevné jednotky ani iné el. zariadenia, ani do nich nenarážajte žiadnym tvrdým predmetom, lebo by mohlo dôjsť k skratu, ktorý by mohol spôsobiť požiar alebo výpadok elektrickej siete. Dajte prosím na tieto javy zvláštny pozor.

KEDY SA VYVAROVAŤ POUŽÍVANIU SAUNY

- Lieky na predpis: vždy sa poradte so svojim lekárom alebo farmakológom ohľadom možnej interakcie s účinkami Vašich liekov. Niektoré lieky, ako napr. diuretika, antihistaminiká, beta-blokátory a barbituráty môžu negatívne ovplyvniť prirodzenú schopnosť tela regulovať teplo. Do tejto kategórie spadajú ako lieky na predpis, tak i niektoré voľne predajné.
- Srdcové choroby: infračervená terapia je nevhodná pre pacientov s niektorými srdcovými chorobami vrátane hypertenzie alebo hypotenzie, chronického srdcového zlyhania alebo problémami s koronárnou cirkuláciou. Pokiaľ trpíte jednou z vyššie uvedených chorôb, dlhé vystavovanie sa zvýšeným teplotám môže byť nebezpečné, lebo jeho priamym dôsledkom je zvyšovanie srdcovej frekvencie asi o 10 tepov (v niektorých prípadoch však až o 30) za minútu za každý stupeň zvýšenej telesnej teploty. Táto kontraindikácia sa týka aj pacientov s liekmi na úpravu tlaku alebo s kardioštimulátorom - niektoré infrasauny totiž môžu obsahovať magnety, ktoré môžu jeho činnosť ovplyvniť.
- Deti a starí ľudia: deti a starí ľudia sú dve vekové skupiny, u ktorých je pred saunovaním doporučená konzultácia s lekárom. Napriek tomu pre obe tieto vekové skupiny platí, že obecné pre použitie infrasauny bezpečné a zdraviu prospešné, telesná teplota u detí vzrastá poznamene rýchlejšie ako u dospelých a ich termoregulačná schopnosť pomocou potenia nie je ešte tak vyvinutá ako u dospelých jedincov. Podobne schopnosť udržiavať optimálnu telesnú teplotu a funkciu potných žliaz sa s pribúdajúcim vekom znižuje, takže u obidvoch týchto vekových skupín je potrebné dbať na opatrnosť a infračervenú terapiu konzultovať so svojim lekárom.
- Problémy s kĺbmi: akútne kĺbové zranenie by nemalo byť zahrievané počas prvých 48 hodín, alebo dokiaľ sčervenanie a opuch neodznie. V prípadoch chronických opuchov kĺbov je možné, že nebudú na tepelnú terapiu reagovať priaznivo.
- Tehotenstvo: počas tehotenstva (alebo i podozrenia na tehotenstvo) nie je používanie infrasauny doporučené. So zvyšovaním telesnej teploty môže totiž dochádzať aj k zvyšovaniu teploty amniotickej tekutiny, čo by v extrémnych prípadoch mohlo viesť až k poškodeniu plodu a vrodeným chybám. U tehotných žien je možné tiež oveľa jednoduchšie prísť k prehriatiu organizmu vedúcemu až k bezvedomiu. Srdce a cievy v tehotenstve pracujú aj za normálneho stavu vo zvýšenom výkone, aby dokázali vyživovať vyvíjajúci sa plod a pokiaľ dôjde k prehriatiu organizmu, nároky na srdce a cievy sa ešte zvýšia. To má za následok zníženie prúdenia krvi do vnútorných orgánov vrátane srdca, čo môže viesť k strate vedomia.

Niektoré choroby: zvyšovanie vnútornej teploty môže byť nevhodné pre jedincov s roztrúsenou sklerózou, systémovým lupusom erythematoses, diabetickou neuropatiou, Parkinsonovou chorobou, nádormi centrálného nervového systému alebo adrenalínovou nedostatočnosťou (ako napríklad Addisonova choroba).

- Ľudia trpiaci hemofíliou alebo krvácajúcimi stavmi by sa tiež mali používanie sauny vyvarovať, lebo teplo spôsobuje rozširovanie ciev. Ľuďom trpiacimi teplotou alebo citlivými na teplo sa používanie sauny rovnako neodporúčame. Kovové skrutky, kĺbovej náhrady a ďalšie implantáty obvykle dlhovoľné infračervené žiarenie odrážajú, takže nedochádza k ich zahrievaniu. Silikónové implantáty absorbujú infračervené žiarenie, takže môže prísť k ich zahrievaniu rovnako ako zahrievaniu okolitých tkanív, ale pretože sa silikón taví pri teplotách viac ako 200°C, infračervené žiarenie by na to nemalo mať negatívny vplyv. Každý pacient s akýmkoľvek implantátom by však mal použitie infrasauny konzultovať so svojim chirurgom. Rovnako ako pri masáži nie je použitie sauny vhodné pri akomkoľvek infekčnom ochorení, pod vplyvom alkoholu či drog. A ako pri každej podobnej činnosti platí: Pokiaľ Vám saunovanie pôsobí pocity nepohodlia, či dokonca bolesti alebo zhoršovaniu zdravotného stavu, okamžite ho prerušte.


Pokiaľ máte akékoľvek zdravotné problémy, vždy konzultujte používanie infrasauny so svojim ošetrovateľom!

OVLÁDANIE A PREVÁDZKA SAUNY

1. Zapojenie

Zasuňte zástrčku do príslušnej zásuvky.

2. Zapnutie

Stlačte jedenkrát tlačidlo  na vonkajšom alebo vnútornom ovládacom paneli. Indikačné svetlo napájania sa rozsvieti na časovom displeji a displeji teploty sa objaví naposledy nastavená hodnota. Ak toto tlačidlo stlačíte znovu, dôjde k vypnutiu napájania a všetko zase zhasne.



3. Nastavenie ohrevu

Keď je zariadenie zapnuté, môžete stlačiť šípky v ľavej časti ovládacieho panelu pre znižovanie a zvyšovanie času ohrevu sauny a v pravej časti ovládacieho panelu (pod nápisom TEMPERATURE DISPLAY pre zvyšovanie/znižovanie teploty). Keď stlačíte tlačidlo dôjde k zvýšeniu alebo zníženiu o 1 minútu. Ak budete držať programovacie tlačidlo stlačené sústavne po dobu dlhšiu ako 2 sekundy, bude sa vám príslušná hodnota meniť v rýchlom režime. Ak nestlačíte dané tlačidlo počas doby dlhšej ako 5 sekúnd, prestane číselný údaj blikať a dôjde k uloženiu nastavené hodnoty do pamäte. Táto hodnota sa zobrazí pri ďalšom reštarte.

4. Prepínanie teplotného displeja medzi ° C alebo ° F


Keď je zariadenie zapnuté, tak sa vám budú pri stlačení tlačidla ° C / ° F prepínať hodnoty teploty medzi ° C a ° F. To znamená, že sa vám podľa nastavenej jednotky merania bude meniť hodnota na TEPLOTNÝM DISPLEJI.


5. Nastavenie teploty ohrevu


Stlačením tlačidla  ovládajte zapínanie / vypínanie strešných svetiel

Stlačením tlačidla  ovládajte zapínanie / vypínanie vnútorného svetla


6. Ovládanie MP3 a rádia

Stlačte tlačidlo  pre zapnutie rádia. Na časovom display (TIME DISPLAY) sa objaví status „FN“ a začne hrať naposledy zvolená rádiostanica.

Stlačením tlačidiel  pod displayom teploty (TEMPERATURE DISPLAY) je možné meniť frekvenciu


Stlačením tlačidiel  pod displayom ukazovateľa času (TIME DISPLAY) je možné zvyšovať a znižovať hlasitosť.


Stlačením tlačidla  je možné zastaviť a opäť spustiť prehrávanie rádia.

Stlačte tlačidlo  pre prehrávanie hudby z MP3 prehrávača. (pozn. – vstup pre pripojenie USB flash disku alebo SD karty sa nachádzajú iba na vnútornom ovládacom paneli.) Na časovom displeji (TIME DISPLAY) sa objaví status „P3“ na teplotnom displeji (TEMPERATURE DISPLAY) prvej skladby a začne prehrávať hudbu z USB flash disku alebo SD karty.

Stlačením tlačidiel  pod displejom teploty je možné prepínať medzi jednotlivými skladbami.

Stlačením tlačidiel  pod displejom ukazovateľa času je možné zvyšovať a znižovať hlasitosť.

Stlačením tlačidla  je možné zastaviť a opäť spustiť prehrávanie hudby z MP3 prehrávača.

Ďalším stlačením tlačidla  prepínate medzi prehrávaním z USB flash disku a SD karty.

Pokiaľ nestlačíte žiadne tlačidlo dlhšie ako 5 sekúnd, oba displeje sa vrátia do pôvodného stavu a budú ukazovať čas a teplotu.

Čo sú infračervené lúče

Infračervený lúč predstavuje vlastne elektromagnetickú vlnu, ktorá leží medzi oblasťou vlnovej dĺžky viditeľného svetla a oblastí mikrovln. Tento lúč je obdobný ako prírodný lúč z slnka, ktoré napomáhajú zohriať našu pokožku priamymi IR aj počas dňa, kedy je chladno. 95% energie z uhlíkového vlákna je transformované do dlhových infračervených lúčov s vlnovou dĺžkou od 5 do 17 mikróvov. Slnko vytvára dlhových infračervených lúčov s vlnovou dĺžkou 9,4 mikróvov.

Infračervené lúče sú BEZPEČNÉ Infračervené lúče sú veľmi dôležité takmer pre každú súčasť života na našej planéte. Okrem toho, že zaisťujú teplo ľuďom, môžu infračervené lúče tiež posilniť zdravotný stav tela na bunkovej úrovni. Táto technológia je natoľko bezpečná, že sa používa už po mnoho rokov na pôrodných sálach nemocníc, kde pomáha novorodencom získať prijateľnú telesnú teplotu.

NIE JE O TEPELNOU KOMORU Keď ľudia počujú slovo "sauna", zvyčajne si predstaví parnú saunu, kde vysoká teplota a vysoká vlhkosť môžu prinútiť človeka k poteniu. Napríklad parná sauna je obdobným zariadením ako konvenčné kachle, ktoré sú schopné variť jedlo tým, že ho zahrejú na extrémne vysokú teplotu. Oproti tomu infračervená sauna pripomína skôr mikrovlnnú rúru, pretože tá produkuje energiu, ktorá ohrieva jedlo a vykonáva excitáciu molekúl vody vo vnútri jedla, čím dochádza k jeho vareniu. Infračervená sauna produkuje energiu, ktorá zahreje vaše telo a vyvolá požadované reakcie bez toho, aby bolo nutné dosahovať extrémne vysokých (a nepohodlných) teplôt vo vnútri jednotky. Vďaka účinku infračervených lúčov na ľudské telo bude potenie vnútri infračervenej sauny začať pri oveľa nižších teplotách, ako je tomu v prípade parnej sauny.

Čo sa bude diať VNÚTRI Teplo vytvárané infračervenými žiaričmi budete pociťovať okamžite. Vlnová dĺžka tohto tepla umožní lúčom prenikať vašej pokožkou a zahrievať vaše telo pod povrchom. Tým bude dochádzať k excitácii vodných molekúl uložených v tukovej vrstve bezprostredne pod vašou pokožkou, čo spôsobí, že sa začnete potiť. U väčšiny ľudí je tendencia k poteniu zhruba po 20 minútach, hoci sa tento čas skraca s častejším používaním sauny. Tento pot tiež umožňuje telu vykonávať detoxikáciu, pretože toxické látky, ktoré telo vylúčilo z vášho krvného obehu a uložilo vo vašej tukovej vrstve, sa teraz môžu dostať potením na povrch pokožky. Priame teplo tiež spôsobí rozťahnutie vašich krvných ciev (pričom dôjde k zvýšeniu vášho obehu) a povedie k zvýšeniu vášho dychového a srdcového rytmu. Vaše telo bude tiež spaľovať kalórie s tým, ako bude produkovať pot. Odporúča sa, aby ste pred saunovaním, počas saunovania a po ňom pili vodu, aby ste zaistili, že nedôjde k dehydratácii tela.

Ďalej si dajte pozor na to, čo si so sebou do infračervenej sauny vezmete. Niektoré kovy absorbujú infračervené lúče a môžu sa stať extrémne horúcimi v priebehu saunovania.

AKO POUŽÍVAŤ INFRA SAUNY

1. Potenciál infračervenej terapie najlepšie využijete, ak teplotu nastavíte na najvyššiu hodnotu. Počas celého saunovania tak bude vaše telo využívať plný výkon infračervenej žiarovky. Ak teplotu nastavíte na nižšiu hodnotu, ohrievače sa budú priebežne vypínať a znovu zapínať, aby udržala nastavenú teplotu. Keďže priame pôsobenie infračervených lúčov má ďaleko vyššiu účinky ako pôsobenie samotné vysoké teploty v saune, prichádzali by ste tak v niektorých intervaloch saunovania o časť terapeutických účinkov. Teplotu vo vnútri sauny môžete okrem znížením nastavenej teploty tiež do istej miery regulovať pohyblivou strešnou ventiláciou alebo pootvorením dverí.
2. Pred samotným saunovaním je dobré sa osprchovať a utrieť sa dosucha.
3. Používajte aspoň 2-3 uteráky alebo osušky. Sedzte na jednej osuške, ktorá bude niekoľkokrát zahnutá, aby ste mali dobré vypodloženie. Ďalšie osušku položte na podlahu pre absorpciu výpotku a tretiu osušku si dajte cez kolena pre časté stieranie potu. Tým podporíte ďalšie potenie.
4. Vezmite si so sebou do sauny hrubú žinku či uterák a vo chvíli, keď sa začnete potiť, si ju môžete utierať tvár. Vďaka tomu odstránite mŕtve kožné bunky a vaša koža sa tým omladí a bude vyzeráť hladšie. To isté môžete prevádzkovať aj na ostatných častiach tela, a to s pomocou uteráka, kefy alebo peelingové soli.
5. Najlepšia doba pre saunovanie je ráno, ak teda máte možnosť vstať o 30 minút skôr. Krátko po

prebudení telo ľahko natiahnite, potom sa vypotí v infrasaune, osprchujte a nakoniec vypite niekoľko pohárov čistej vody. Lepšie zdroj energie pre nastávajúce deň by ste ľahko hľadali. Ak máte naopak

problémy so spaním, môžete použiť saunu večer. Pokojný a relax stav zaistený saunovaním vám pomôže ľahšie a lepšie zaspáť.

6. Pri saunovaní v infrasaune je najlepšia poloha, ktorú môžete zaujať v sede a nie poležiačky. Ohrievače sú totiž umiestnené tak, aby najviac úžitku zo žiarenia poskytla osobe sediacej vo vzpriamenej polohe s chodidlami na úrovni lavice.

7. Nie je dôležité, aká teplota je vnútri infrasauny, keď do nej vstúpite. Výrazné potenie totiž nastáva až cca po 15 minútach. Z tohto dôvodu nie je nutné čakať, až sa sauna naplno rozohreje. Najlepším riešením je vstúpiť do nej pri jej zapnutí a zahrievať sa spoločne so saunou.

8. Po dokončení saunovania nie je ideálne sa okamžite sprchovať. Vzhľadom k tomu, že sa vaše telo počas saunovania zahrialo, bude sa aj naďalej po určitú dobu potiť aj po vypnutí vykurovacích jednotiek, dokonca aj po opustení sauny. Posadte sa v saune s otvorenými dverami a nechajte vaše telo potiť, zatiaľ čo sa bude ochladzovať. Ako náhle sa budete cítiť dostatočne príjemne, dajte si vlažnú (nie studenú) sprchu pre úplné opláchnutie potu z vášho tela. Po použití sauny sa neodporúča používať mydlo, sprchové gély ani iné prípravky, lebo vaše póry budú otvorené a tieto látky by ich mohli zaniest.

9. Po saunovaní je dôležité doplniť tekutiny stratené počas saunovania. Ideálnym nápojom je čistá voda, ktorá nevráti telu späť kalórie spálené počas saunovania.

10. Nepoužívajte saunu bezprostredne po namáhavom cvičení. Počkajte aspoň 15 minút, aby ste umožnili svojmu telu vykonať ochladenie.

STAROSTLIVOSŤ O VAŠU SAUNU Veľmi dôležité je čistiť saunu pravidelne:

- Zametajte alebo vysávačom vyčistite podlahu, popr. lavice
- Utrite múru, kde sa ich ľudia dotýkali – tj. nad lavicami, okolo dverí a ovládacích panelov
- Použite teplú vodu s jemným mydlovým čistiacim prostriedkom a čistý handru, potom očistite čistou vlhkou handrou
- Vyhnite sa silným čistiacim prostriedkom, ktoré môžu zafarbiť drevo alebo dokonca zanechať stopy chemikálií, ktoré sa potom teplom môžu uvoľňovať. Odporúčame používať len prípravky určené priamo na čistenie infrasaun, ako napr. Saunareiniger
- Nepoužívajte príliš mokrú handru, drevo by v takom prípade mohlo stmavnúť
- Pri používaní sauny vždy používajte uterák k absorpciu potu, všeobecne platí, že by nemalo dôjsť k priamemu kontaktu vašej pokožky s povrchom sauny, teda ako lavicami, tak stenami alebo chrbtovými opierkami
- Nikdy nepolievajte ani neoplachujte vnútrajšok alebo vonkajšok infrasauny
- Nikdy nepoužívajte farby, moridlá ani iné chemické nátery vo vnútri sauny, teplo môže spôsobiť uvoľňovanie výparov z týchto náterov
- Na impregnáciu dreva a jeho ochranu proti vlhkosti možno lavice a ďalšie exponované drevené časti sauny priebežne ošetrovať parafínovým olejom, ktoré navyše tiež dokáže zvýrazniť prirodzenú kresbu dreva.

VÝHODY Z VAŠEJ SAUNY Prínosy vyplývajúce z infračervenej terapie boli po dobu niekoľkých desaťročí študované v Japonsku, Európe a v poslednom čase aj v Spojených štátoch. U ľudí, ktorí pravidelne používali infračervenú saunu, boli pozorované tieto blahodárne účinky:

- Zníženie krvného tlaku
- Zníženie tuhosti kĺbov
- Úbytok na váhe
- Posilnenie kardiovaskulárneho systému
- Zníženie hladiny krvného cukru
- Zvýšenie prietoku krvi
- Zníženie hladiny cholesterolu a triglyceridov
- Úľava od svalových kŕčov
- Úľava od bolesti
- Doplnenie energie a uvoľnenie stresu
- Zvýšenie sily a vitality organizmu
- Zvýšenie rozťažnosti kolagénové tkaniva
- Sauna pomáha pri riešení problémov so zápalovými infiltrátmi, edémami a výpotkami
- Sauna napomáha pri liečbe akné, ekzémov, lupienky, popálenín a poranení a rezných rán kože

- Sauna napomáha pri rýchlejšom hojení otvorených zranenia a pri saunovaní zostáva menej jaziev
- Zlepšuje zafarbenie kože a jej elasticitu
- Pomáha pri liečbe celulitídy
- Posilňuje imunitný systém
- Pomáha redukovať možnosť zranenia pri použití na zahriatie svalov pred strečingom a cvičením
- Detoxikuje telo
- Pomáha liečiť bronchitídu (zápal priedušiek)
- Pomáha s liečbou žihľavky, dni, poškodením tkanív, hypertrofiou prostaty

DÔLEŽITÉ UPOZORNENIE Infračervené lúče emitované vašej infračervenej saunou sú uznávané ako prostriedok, ktorý ponúka široké spektrum možných terapeutických prínosov a účinkov, ako dokladá výskum uskutočnený na rôznych miestach sveta. Tieto výhody sú tu prezentované len pre referenčné účely a neznamenajú, že by z týchto výrokov vyplývalo, že infračervené sauny vytvárajú prostriedok na liečbu alebo starostlivosť pri akejkoľvek chorobe, a takéto závery by sa z uvedených tvrdení tiež nemali vyvodzovať. Ak používate lieky na predpis trpíte akútnymi problémami kĺbov, alebo máte iné zdravotné problémy, obráťte sa prosím na svojho lekára predtým, než začnete pravidelnú terapiu v infračervenej saune. Osoby s chirurgickými implantátmi (kovové čapy, klince, umelé kĺby, silikónové či iné implantáty) zvyčajne nezaznamenávajú žiadne negatívne účinky, mali by sa však aj v takomto prípade poradiť so svojím lekárom pred začatím infračervenej terapie.

AKO ZARIADENIE FUNGUJE Infrasauny sa vyrábajú s dvomi druhmi ohrievačov, sú buď keramické, alebo karbónové.

Keramické ohrievače produkujú infračervené žiarenie vďaka tenkým skleneným trubiciam strategicky umiestneným naprieč saunou. Počas produkcie infračerveného žiarenia vyžarujú veľmi intenzívny teplo a dochádza k ich značnému zahrievaniu (200-260 ° C). Vždy chránené tak, aby nikdy nedochádzalo k ich priamemu styku s pokožkou. Sauny vybavené keramickými ohrievačmi, sa spravidla vyhrejú rýchlejšie ako sauna s karbónovými ohrievačmi. Ich obstarávacie náklady sú nižšie a životnosť je cca 5000 hodín.

Vykurovací jednotka s uhlíkovým vláknom je tvorená predovšetkým kovovou žeraviace katódou a uhlíkovým vláknom. Keď elektrický prúd prechádza kovovou žeraviace katódou, dochádza k zahrievaniu uhlíkového vlákna, ktoré potom emituje dlhovlnné infračervené lúče. Karbónová ohrievače sa zahrievajú o niečo pomalšie, ale distribúcia infračervených lúčov je oveľa rovnomernejšie a efektívnejšie. Ich povrchová teplota dosahuje 70-80 ° C, takže nie je nebezpečné sa ich dotknúť holou pokožkou. Podiel infračervených vln v dlhovlnné spektre je vyššia ako u keramických ohrievačov, takže dokážu ľahšie a hlbšie preniknúť do tkanív, čím sa terapeutický efekt o niečo zvyšuje. Obstarávacie náklady sú o niečo vyššie, prevádzkové náklady sú však nižšie a ich životnosť je cca 8000 hodín.

AKÉ DRUHY DREVA SA POUŽÍVAJÚ

Kanadská borovica (hemlock) je mäkké drevo s dobrými tepelno-izolačnými vlastnosťami. Má svetlohnedú až ružovú farbu a je ideálny pre ľudí s alergiami na drevo, pretože nevydáva žiadnu vôňu a neobsahuje živicu. Sú pre neho charakteristické tzv. minerálne zárastu, ktoré vytvárajú náhodné tenké prúžky zvyčajne štruktúru dreva. Jedná sa o ideálne drevo pre stavbu sauny.

Céder sa používa na výrobu saun a parných kúpeľov už stovky rokov. Jedná sa o luxusný materiál s výraznou kresbou a farebnosťou. Obľúbený je vďaka veľkému množstvu esenciálneho oleja, ktorý obsahuje a vďaka ktorému je veľmi aromatický. Cédrové drevo má podporné a posilňujúce účinky na fyzický i na psychický stav človeka. Má extrémnu trvanlivosť danú spôsobom rastu a už spomínaným obsahom prírodných olejov. Veľmi dobre odoláva vlhkosti. Jeho farba je od tmavo hnedej až po svetle maslovú a nemá žiadne hrče. Jeho výhodou sú výborné tepelnoizolačné vlastnosti. Obsahuje zložky, ktoré ničia plesne a huby spôsobujúce hnilobu. Jedná sa o ideálne drevo pre stavbu sauny.

Kyslíkový ionizátor/ozonátor

Ionizátor(alebo tiež generátor záporných iónov) je prístroj, ktorý za pomoci vysokého napätia ionizuje (elektricky nabíja) molekuly vzduchu. Záporné ióny (anióny) sú častice, s jedným alebo viacerými prijatými elektrónmi.

Anióny sú bez farby, bez zápachu a existencia záporne nabitých elektrónov na obežných dráhach im umožňuje priťahovať zo vzduchu rôzne mikro-častice.

Anióny môžu akumulovať a neutralizovať prach, ničiť vírusy nabitými elektrónmi, prenikať do buniek mikróbov a ničiť ich, a tým rušiť ich negatívne pôsobenie na ľudské zdravie. Čím je vo vzduchu viac aniónov, tým menej je tam mikróbov.

Aniontum sa tiež hovorí "vzdušné vitamíny", "prvky dlhovekosti" a "čističe vzduchu". Užitočné vlastnosti aniónov zostávali dlho prehliadané. Sú veľmi dôležité pre ľudské zdravie a my si nemôžeme dovoliť ich liečivé vlastnosti prehliadať.

Počet aniónov v jednom kubickom centimetri je nasledujúci:

- 40 - 50 / cm³ v mestských obytných priestoroch
- 100 - 200 / cm³ v mestskom vzduchu
- 700 - 1.000 / cm³ v otvorenej krajine
- a viac než 5.000 / cm³ v horských údoliach a úbočiach hôr.


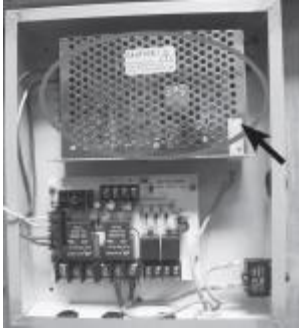
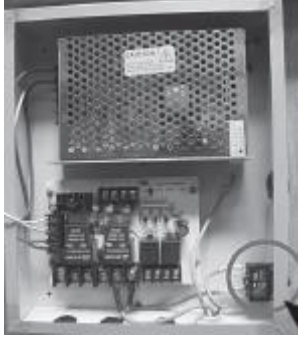


Zdravie ľudí je priamo závislé od obsahu aniónov vo vzduchu. Ak je vo vzduchu, ktorý prijíma ľudské telo, koncentrácia aniónov veľmi nízka alebo naopak veľmi vysoká, človek začína kŕčovito dýchať, môže cítiť únavu, závraty, bolesti hlavy alebo dokonca depresie.






Ozónový generátor priťahuje k molekulám O₂ ďalší atóm kyslíka. Vo vyšších koncentráciách môže byť ozón toxickým pre baktérie obsiahnuté vo vzduchu a môže tieto infekčné organizmy ničiť. Ozón, používaný primárne na ničenie vírusov, baktérií a plesní, prináša ľudskému telu mnohostranný úžitok – napr. okysličuje krv, zlepšuje krvný obeh a stimuluje tvorbu kyslíka v ľudských tkanivách. Tiež je dôležitý ako regulátor imunity. Z týchto dôvodov je spektrum zdravotných problémov, ktoré možno úspešne liečiť ozónovú terapiou, značne široké.

Návod na použitie Ionizátor a ozónový generátor môžu fungovať len oddelene. Keď ozónový generátor začne pracovať, ionizátor sa vypne. Po 15 minútach sa ozónový generátor odpojí a ionizátor sa automaticky zapne. Ionizátor sa zapína tlačidlom "Ion", po jeho stlačení sa rozsvieti príslušná kontrolná dióda. Ozónový generátor sa zapína tlačidlom "O3", po jeho stlačení sa rozsvieti príslušná kontrolná dióda a začne bežať 15 minútový cyklus tvorby ozónu

Varovanie! Nedotýkajte sa koncoviek káblov vysokého napätia holými rukami ani kovovými predmetmi. Mohlo by dôjsť k poraneniu elektrický prúdom.

LOKALIZÁCIA CHÝB

PROBLÉM	RIEŠENIE	FOTO
Ovládací panel nefunguje	Skontrolujte, že kábel ovládacieho káblu je riadne pripojený	
	Vymeňte zdroj (súčasťou ovládacej jednotky na streche sauny)	
	Vymeňte poistku (súčasťou ovládacej jednotky na streche sauny)	
Svetlo na čítanie nefunguje	Skontrolujte, či nie je vyhoretá žiarovka a v prípade potreby ju vymeňte (viď foto inštrukcie dole)	
	Skontrolujte, či nie je uvoľnený kábel svetla v ovládacej skrinke	

PROBLÉM	RIEŠENIE	FOTO
Jeden zo žiaričov	Skontrolujte, či je správne zapojený prívodný kábel žiariča	
	Nefunkčný žiarič vymeňte (viď foto inštrukcie dole)	
Žiadny zo žiaričov nehreje	Skontrolujte či je prívodný kábel zapojený v zástrčke	
	Vymeňte relé v ovládacej jednotke	
	Vymeňte ovládací panel	
Žiarič lavice nehreje	Skontrolujte či je prívodný kábel žiariča správne zapojený	

Výmena žiarovky



Výmena keramického žiaríča



Výmena ovládacieho panelu



ZÁRUČNÉ PODMIENKY

Tento výrobok bol plne podrobený skúškam zameraným na kontrolu kvality a bezpečnostných prvkov, ktoré boli vykonané technickým oddelením výrobcu.

V prípade, že zistíte akúkoľvek závalu, požiadajte prosím o príslušný servisný zásah predložením záručného listu autorizovanému predajcovi vo Vašom regióne.

Reklamačné podmienky

- Infrasauna bola vyrobená z materiálov najvyššej kvality a vysokej kvality prevedenia. Všetky súčiastky boli skontrolované a uznané neškodnými. Uschovajte všetky doklady o nákupe spoločne s návodom a sériovým číslom uvedeným na spodnej časti vonkajšej strany bočnej dosky. Doklad o nákupe a sériové číslo budú požadovať pri uplatňovaní záručných nárokov.
- Reklamácia tovaru sa riadi právnym poriadkom SR.
- Záruka sa vzťahuje na všetky chyby spôsobené chybou vo výrobe alebo závadou materiálu
- Kupujúci je povinný bezodkladne po zakúpení infrasauny skontrolovať či nie je porušený transportný obal alebo poškodená, či inak znehodnotená infrasauna a o tejto skutočnosti okamžite informovať predajcu.
- Kupujúci je povinný po zakúpení výrobku skontrolovať jeho kompletnosť.
- Ak vykazuje infrasauna zjavné závady, ktoré sa prejavia ihneď po sprevádzkovaní, a pre ktoré ju nemožno užívať, je kupujúci povinný tovar ihneď reklamovať, najneskôr do troch mesiacov od zakúpenia v mieste nákupu.
- Pri zistení závady na jednotlivých častiach infrasauny (ohrievač, ovládací panel, MP3/rádio) reklamujte iba vadnú časť s viditeľne označeným miestom poškodenia.

Záruka sa nevzťahuje na:

- Opatrebenie v dôsledku nesprávnej inštalácie alebo nesprávneho používania, príp. Nesprávneho uskladnenia
- Bežné opotrebenie zariadenia zodpovedajúce charakteru a dobe jeho používania
- Chyby spôsobené mechanickým poškodením
- Chyby spôsobené vplyvom živelných síl
- Závady vzniknuté v dôsledku použitia neštandardných prostriedkov na údržbu dreveného obloženia a nevhodných čistiacich pomôcok
- Použitie iných než originálnych dielov
- Prírodné starnutie dreva alebo jeho stmavnutie vplyvom vlhkosti

ZÁRUČNÝ LIST

Číslo modelu	
Výrobné číslo	
Dátum nákupu	
Meno zákazníka	
Informácie o predajcovi	

Informácie o kontakte na distribútora pre zákaznícky servis

Informácie o kontakte na distribútora pre zákaznícky servis

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for providing contact information for the distributor's customer service.



nákup na internete

www.marimex.sk

Rožňavská 17, 831 04 Bratislava

tel. : 02/4445 3001

fax : 02/4445 3002

E-mail: info@marimex.sk