



Installations- og brugsmanual

Instrukser før brug af sauna:

1. Man må ikke bruge saunaen, hvis man lider af forhøjet blodtryk, hjerteproblemer eller lignende.
2. Man bør ikke bruge saunaen, hvis man er forkølet eller generelt er syg.
3. Gå ikke i sauna efter hårdt arbejde, og læg dig aldrig til at sove i saunaen. Folk med begrænset muskeldragt har ikke en særligt god temperaturregulering, hvilket kan føre til ubehag, når man bliver udsat for ekstrem varme.
4. Gå ikke i sauna på tom mave. Brug heller ikke saunaen, hvis du føler dig stresset eller efter hård, fysisk træning.
5. Du bør vente med at gå i sauna mindst 30 minutter efter et måltid.
6. Gå ikke i sauna, hvis du er beruset, og drik aldrig alkohol, mens du bruger saunaen.
7. Fjern alle smykker, ure o.l., inden du går ind i saunaen, da metallet kan blive opvarmet og føre til forbrændinger.
8. Brug ikke saunaen, hvis du har makeup på, da dette kan tilstoppe porerne i huden og forhindre ordentlig perspiration/svedeevne.
9. Brug saunaen med omtanke, hvis du er ældre. I takt med, at man bliver ældre, kan kroppen svede mere, og dermed kan saunabadning føre til dehydrering, overophedning m.m.
10. Tag pauser fra saunabadningen undervejs. Som hovedregel bør du forlade kabinen hvert 5-10 minut for at køle af, inden du sætter dig ind i varmen igen. Ved meget høje temperaturer (over 80 grader Celsius) kan det være en god ide at forlade kabinen oftere.
11. Varm kroppen gradvist op, inden du går ind i saunaen igen, efter at have været ude i kold luft. Sæt dig fx indenfor i nogle minutter, inden du går ind i selve kabinen.
12. Vær altid mindst 2 personer i saunaen og drik rigeligt med væske - også selvom du ikke føler dig tørstig.
13. Hvis du oplever vejtrækningsproblemer, svimmelhed eller andre symptomer, skal du øjeblikkeligt forlade saunaen, lægge dig ned på ryggen og drikke godt med vand, helst lunkent.
14. Rejs dig ikke for hurtigt og abrupt, men gør det i stedet langsomt og gradvist.

Instrukser før samling af kabinen:

1. **Der skal bruges 3 mennesker til at samle saunaen.**
2. Placering: Vær sikker på, at underlagt er så plant som muligt. En svag hældning vil ikke påvirke samlingen og brugen af saunaen, men hvis der er en større stigning, skal du understøtte saunaen, så den bliver så vandret som muligt.
3. Alle skruer til samling af saunaen skal være helt skruet ind i træet for at undgå skrammer og rifter på huden under brug.

Liste over dele:



1. Almindelige brædder: 34 stk.
2. Topbræt: 2 stk. (forskellige størrelser, kun 1 stk. nødvendig)
3. Bundbræt: 1 stk. (med 2 huller)
4. Venstre- og højrebrædder til understøttelse af bænk - 2 stk.
5. Forsegling til front og bag - 9 stk./sæt (2 sæt)
6. Frontpanel - 1 stk.
7. Bagpanel - 1 stk.
8. Trekantet træstykke - 2 stk.
9. Tag af bitumen - 1 stk.
10. Stålbånd - 3 stk.
11. Fjernbetjening til lys - 1 stk.

- 12. Ryglæn - 1 stor + 2 små dele
- 13. Indendørs gulvpaneler - 2 stk.
- 14. Bænk - 1 stk.
- 15. Base - 1 sæt



- 16. Skruer - 1 pose
 - A. 1 stk. 6*75 mm skrue til dørhåndtaget
 - B. 350 stk. 3*14 mm skruer til tagdækket + vandfast materiale
 - C. 136 stk. 3*30 mm skruer til montering af brædder
 - D. 90 stk. 4*40 mm skruer til bænk, ryglæn, gulv, front- og bagpanel
 - E. 15 stk. 4*30 mm skruer til det trekantede træstykke
 - F. 3 forbindelsesgevind til metalbåndene
 - G. 2 metalriste til bundtaven
 - H. 4 sæt forbindere til basen + 4 stk. plastick-dæksler til basen



INDLEDENDE OVERVEJELSER

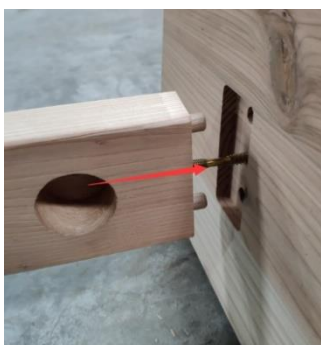
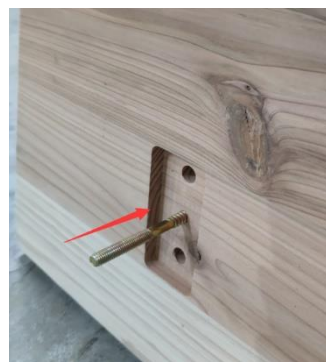
Når du går i gang med den indledende opsætning til samlingen, er det vigtigt, du sørger for, at gulvet/terrassen er plan. De fleste gulve i garager, kældere og på terrasser har en lille hældning for at lede vand mod afløb. Hvis dette er tilfældet for det sted, du gerne vil placere din sauna, anbefaler vi, at du understøtter saunaen, så den kan stå vandret/plan. Hvis dette ikke gøres, risikerer det at ødelægge saunaen på sigt og generelt at mindske ydeevnen, når du bruger kabinen.

ANBEFALINGER VED UDENDØRS INSTALLATION

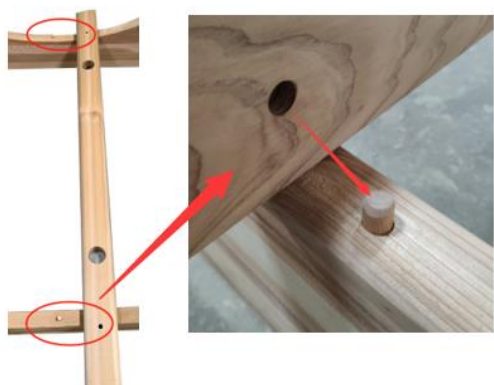
Tag højde for vindstød, der kan gribe glasdøren og føre til, at den falder/bliver beskadiget. Undgå at installere træ med knaster øverst, da knasterne kan samle vand, der kan ødelægge træet, når det fryser.

BEMÆRK: Selvom din infrarøde sauna er designet til udendørs brug, er det vigtigt at samle den i henhold til denne manual for at undgå, at vand siver ind i kabinen. Hvis saunaen er korrekt samlet, vil der ikke komme vand ind i kabinen. Med tiden kan der dog sive lidt vand ind mellem brædderne på grund af træets porøse natur. Dette vil ikke skade den infrarøde sauna og vil hurtigt fordampe, når varmeelementerne bliver tændt. Hvis du gerne vil gøre saunaen vandtæt, kan du installere et vandafvisende materiale på toppen af saunaen.

1. Installation af bunden:



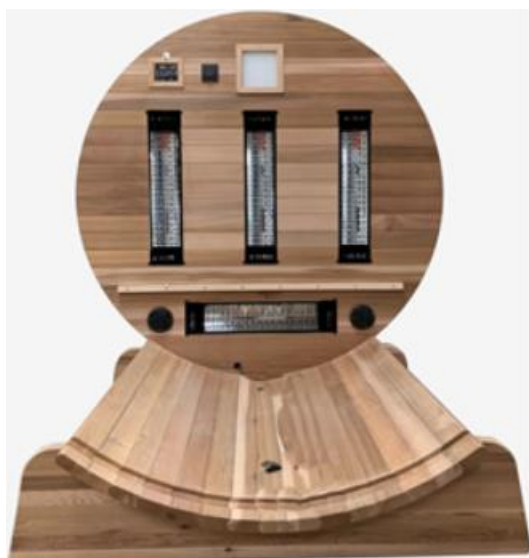
2. Placér bundstaven i midten af basen først. Tilpas de 2 trædyvler med de 2 huller i bundstaven. Dæk de 2 metalriste til hullerne i bundstaven.



3. Placér de 7 næste brædder (bræt 1-7 på begge sider) på hver side af bundstaven. Brug en gummihammer til blidt at banke brædderne sammen, så de ligger helt tæt. Brug 42 3*30 mm skruer til at fastgøre de 14 brædder til bunden.

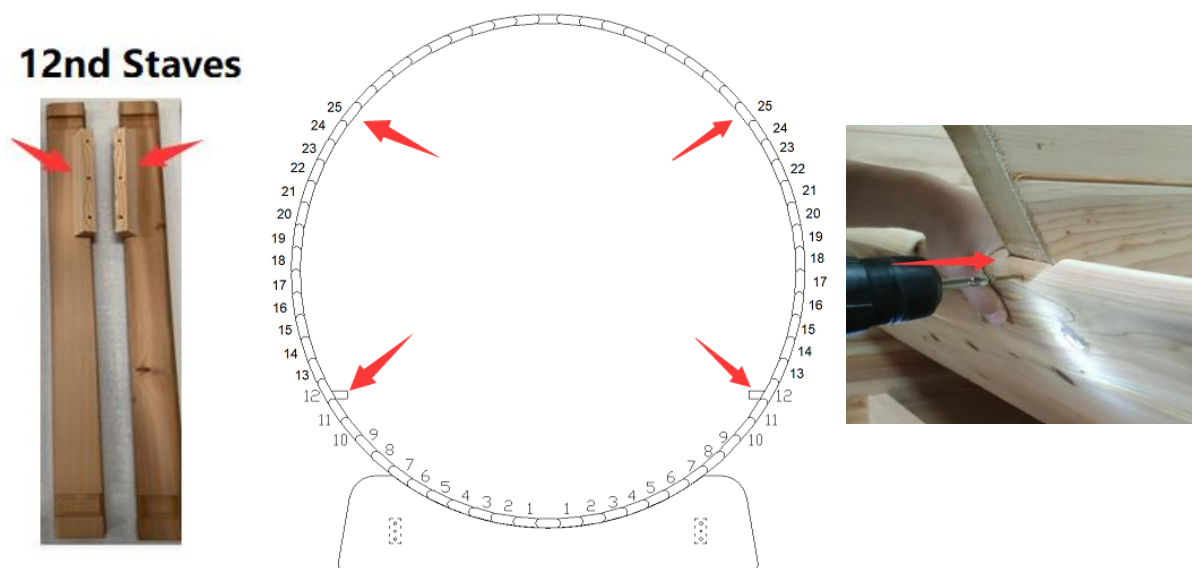


4. Installér front- og bagpanelet. Vær forsigtig!!!!



7. Sæt yderligere 18 brædder (bræt 8-25 for begge sider) på begge sider af tøndens. Brug 72 3*30 mm skruer til at sætte de 36 brædder fast til front- og bagpanelet. **VIGTIGT:** Det 12. bræt i både venstre og højre side skal være dem med **bænkstøtte**.

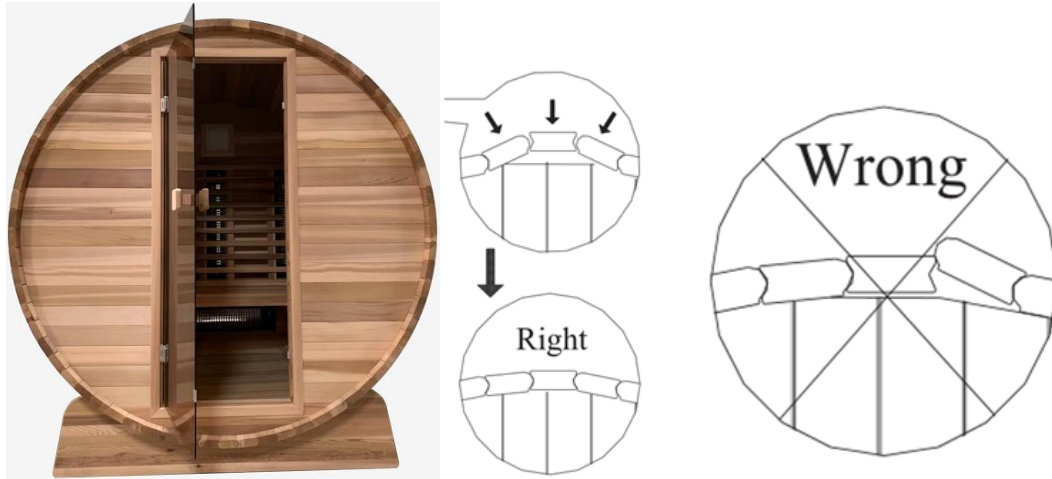
Disse to specielt brædder med bænkstøtte skal være på samme niveau som bænkstøtten på bagpanelet.



8. Placér de resterende 9 brædder (bræt nr. 26-34 på begge sider) på hver side op mod toppen MEN SKRU DEM IKKE FAST!!!! Brug en gummihammer til at sørge for, at brædderne ligger tæt op ad hinanden og slutter helt tæt.



9. Der medfølger 2 forskellige topbrædder i pakken. Vælg det bræt, der passer ind i det resterende mellemrum. Når det sidste bræt er sat på plads, skal alle brædderne skrues fast.



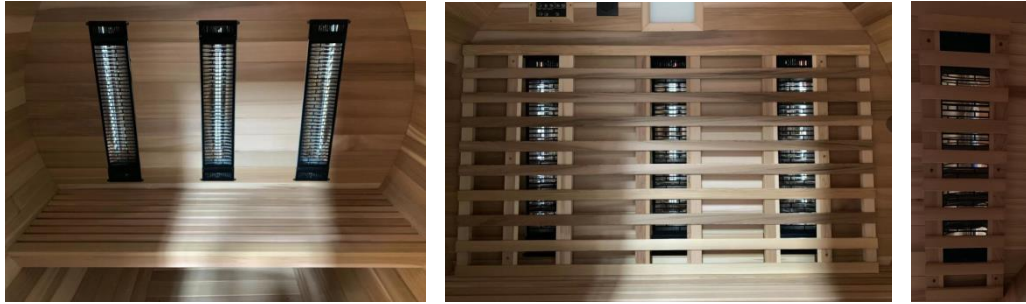
10. Samling af stålband, 3 sæt - Advarsel! Skarpe kanter! Brug beskyttelseshandsker!



11. Forbind kablerne til gulvvarmelegemet og installér de 2 gulvdele med 4*40mm skruer.



12. Fastgør bænken og ryglænet med 4*40 mm skruer.



13. Skru de trækantede brædder fast på begge ydersiden af tøndens med 4*30 mm skruer. Skru dem fast til bræt nr. 17 talt fra bunden.



14. Skru forseglingerne til front- og bagpanelerne fast (4*40 mm skruer). Midten af topstykket skal flugte med midten af tøndens.



15. Skru håndtaget fast i døren.

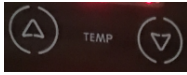
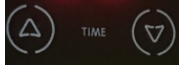


16. Installér det vandafvisende materiale og tagpap-dækket (se installationsvejledning for tagpap-dækket i slutningen af denne manual).

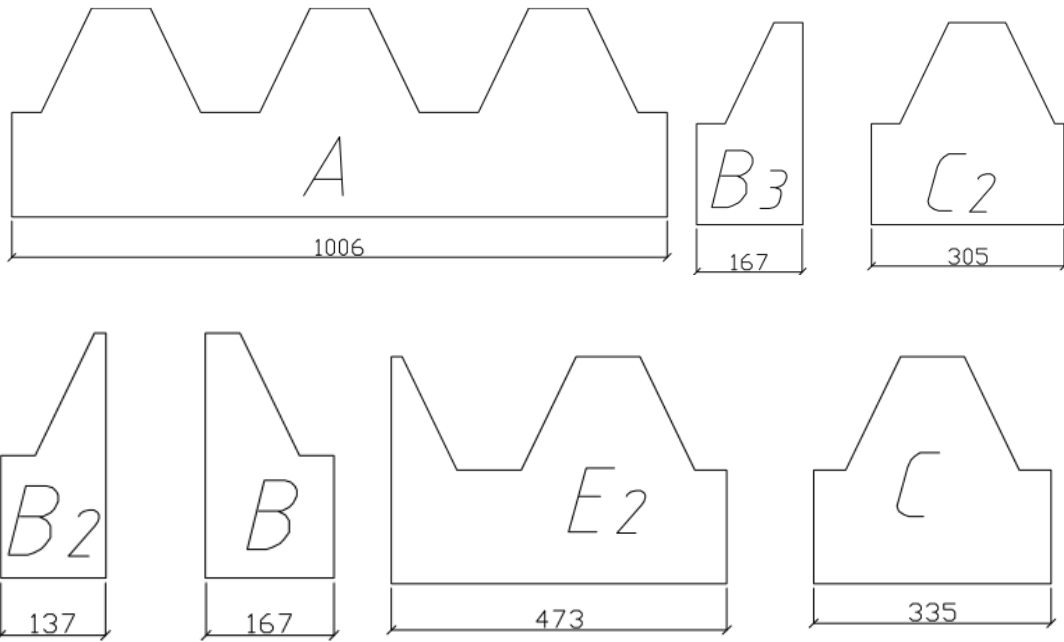


Installation af kontrolpanelet



1. Tryk kort på ON/OFF for at sætte saunaen i standby-tilstand.
2. Indstil den ønskede temperatur med  knapperne.
3. Indstil den ønskede brugstid med  knapperne.
4. Tryk kort på ON/OFF endnu en gang for at tænde for varmelegemerne.
5. Når nedtællingen når 00, slukker alle varmelegemerne automatisk.
6. Hold ON/OFF-knappen nede for at slukke saunaen.
7. Tryk på AUTO-knappen. Temp-displayet bliver til timer ude i fremtiden. Time-displayet bliver minutter ude i fremtiden. Saunaen begynder at varme, når den indstillede nedtælling er udløbet.
8. Tryk på Light-knappen for at tænde/slukke lysene i kabinen.
9. Skift mellem Fahrenheit og Celsius ved at trykke på °F/°C-knappen.
10. Bluetooth: IR SAUNA or HY

Montering af tagpaptaget



A: 30 stk. +8 stk. EKSTRA
 C2: 14 stk. +4 stk. EKSTRA
 B: 14 stk. + 4 stk. EKSTRA
 C: 15 stk.+5 stk. EKSTRA

B3: 0 stk.
 B2: 14 stk. +4 stk. EKSTRA
 E2: 4 stk. +2 stk. EKSTRA

Læg teglene fra bund til top fra begge sider af tønden på samme tid. 3*14mm skruer påkrævet.

