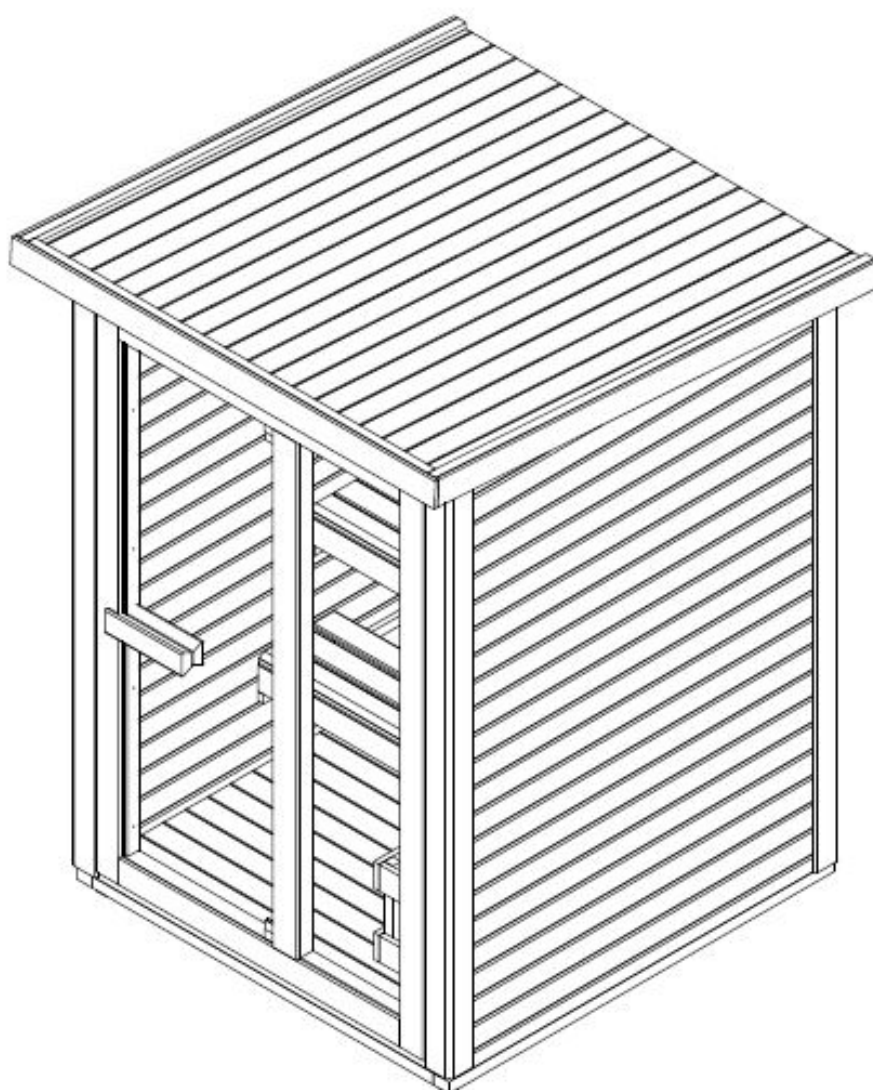


# F30150

## Szerelési és kezelési útmutató



CE



A műszaki változtatások jogát fenntartjuk A képek és ábrák eltérhetnek a tényleges kivittől. Minden méret tájékoztató jellegű.

# Előszó

Köszönjük, hogy a SANOTECHNIK termékét választotta. Kérjük, összeszerelés előtt figyelmesen olvassa el ezt a kézikönyvet és őrizze is meg. Kérjük, jegyezze fel a sorozatszámokat, mivel erre egy esetleges javítás vagy cserealkatrészek rendelése során szüksége lesz.

Csak eredeti alkatrészeket használjon!

## FIGYELEM!

Az elektromos bekötést és javítást csak szakképzett villanyszerelő végezheti!

A szaunát kültéren, vízszintes és stabil felületre kell elhelyezni, amely elbírja a szauna súlyát.

A szauna közelében ne legyen vízvételi forrás vagy éghető anyagok.

Az összeszereléshez minimálisan szükséges magasság: 2,5 m

## SZERELÉSI ÚTMUTATÓ

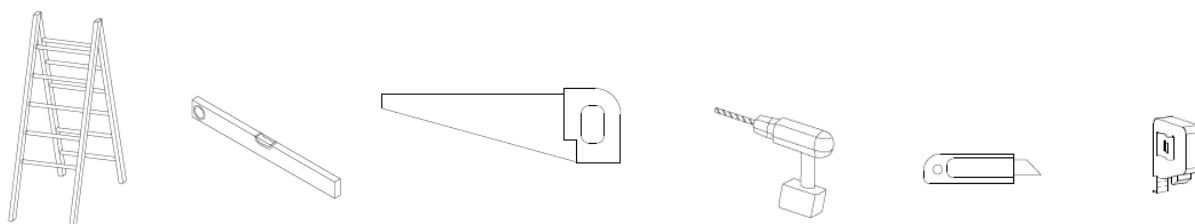
### Szerelési tippek

Kérjük, hogy a termék kicsomagolása után, de még az összeszerelés előtt ellenőrizze, hogy minden rész és alkatrész hiánytalanul és sértetlenül rendelkezésre áll.

A szauna összeszereléséhez legalább 2 személyre van szükség.

Kérjük, ellenőrizze a furatok mélységét és átmérőjét, hogy elkerülje a fa sérülését.

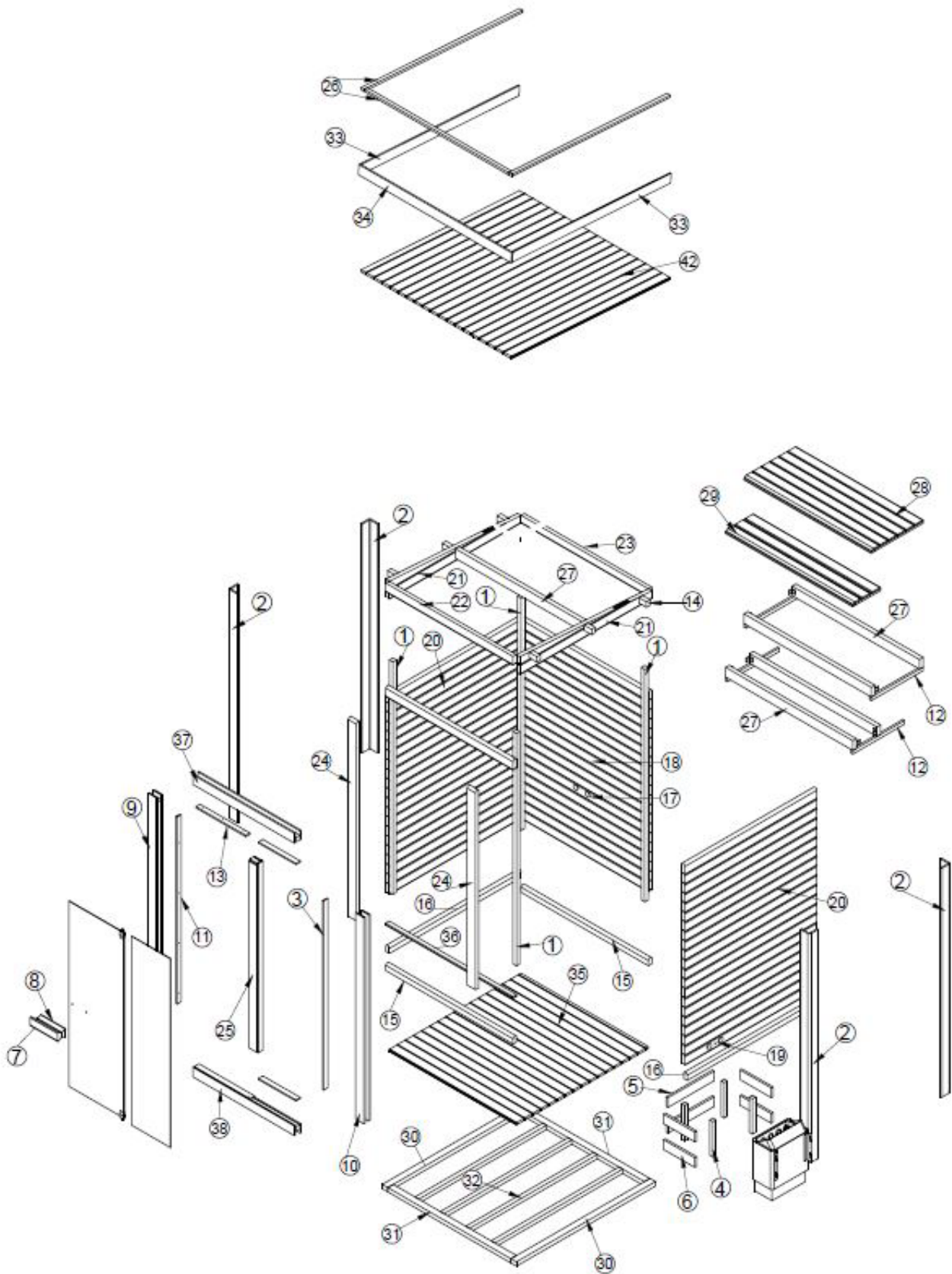
### Szükséges szerszámok

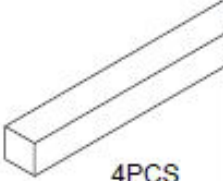
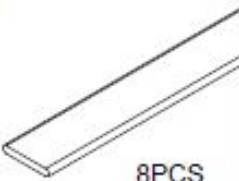
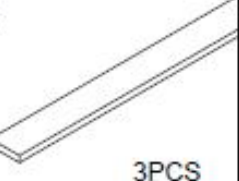
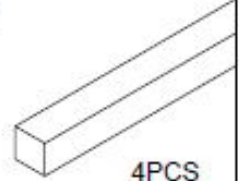
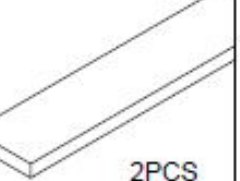
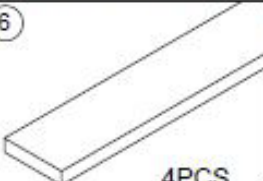
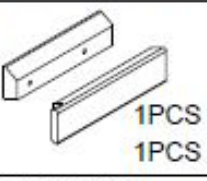


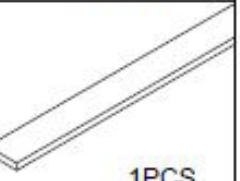
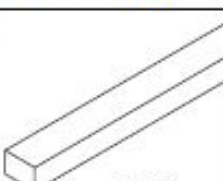
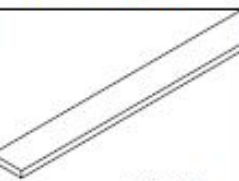
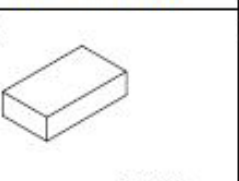
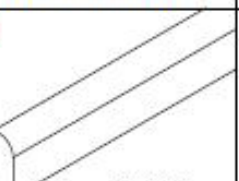
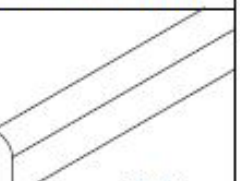
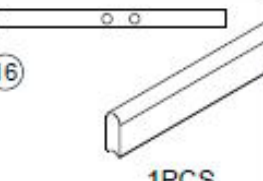
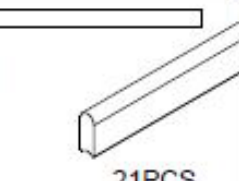
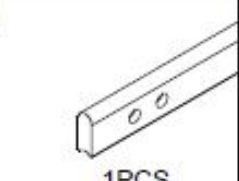
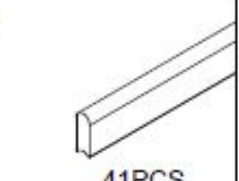

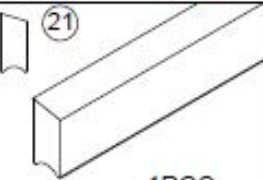
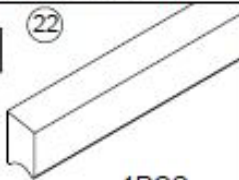

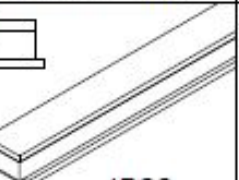

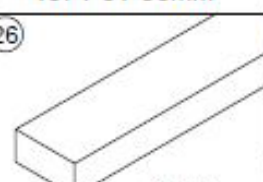


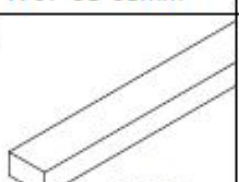
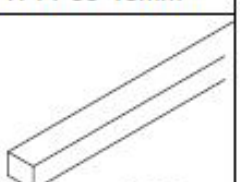
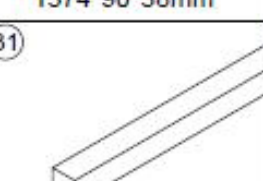


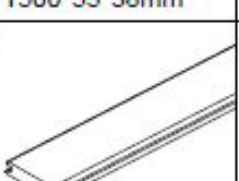






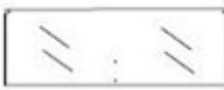
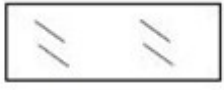
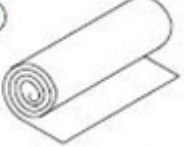



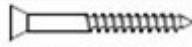

### Műszaki adatok

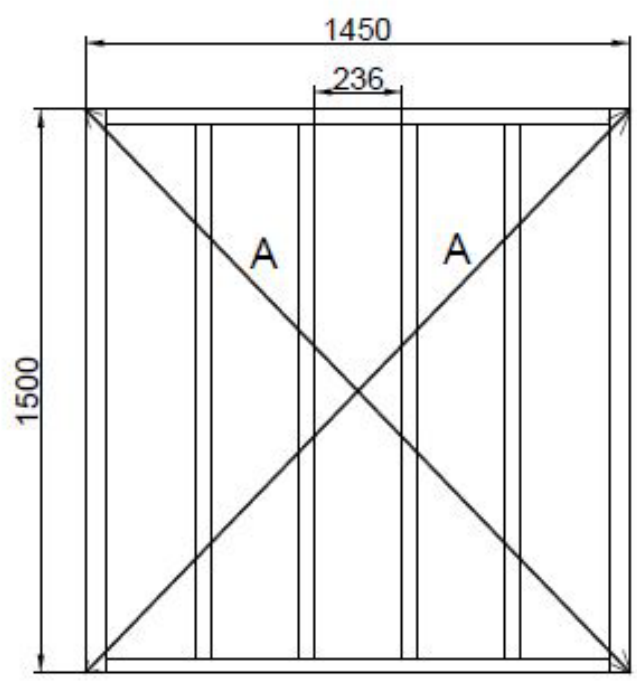
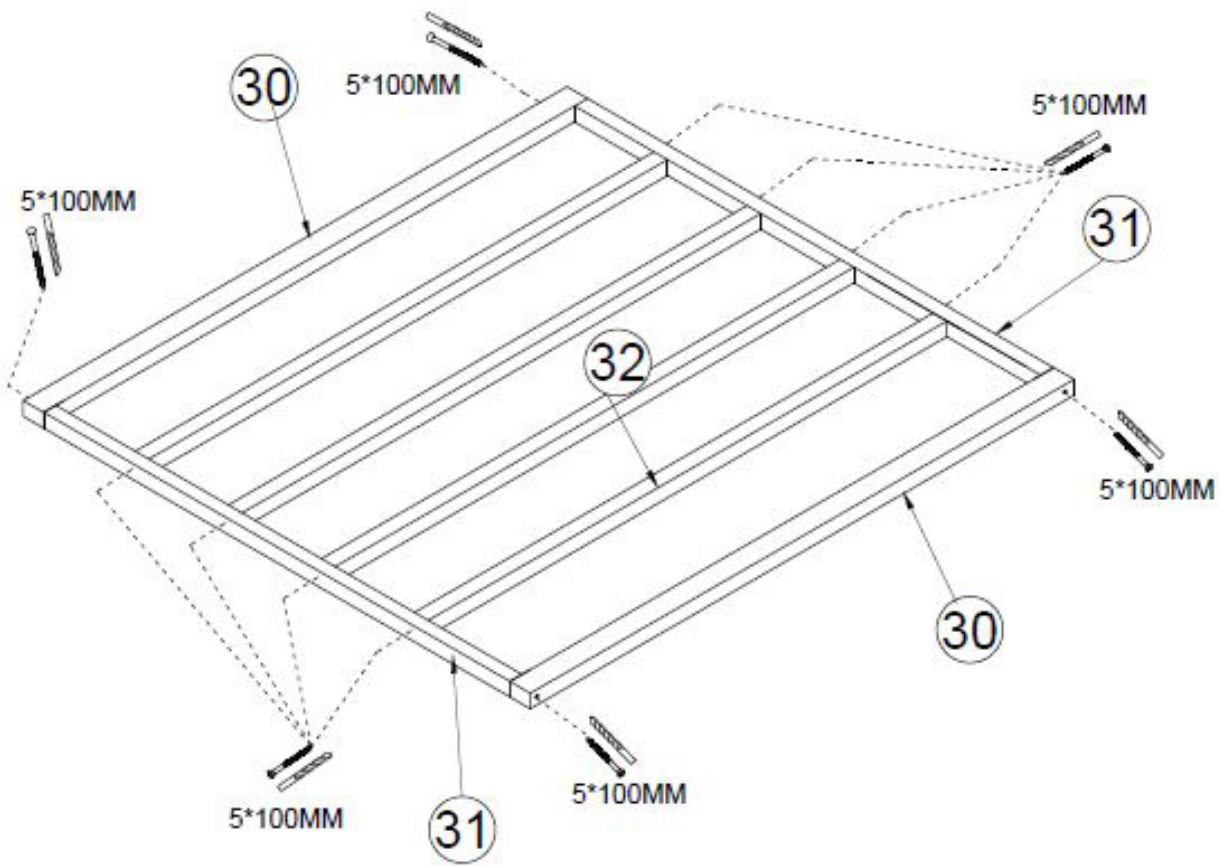
Modell	F30150
Anyaga	lucfenyő
Hosszúság	1750 mm
Szélesség	1650 mm
Magasság	2189 mm
Feszültség	AC 380V
A szaunakályha teljesítménye	4,5 kW

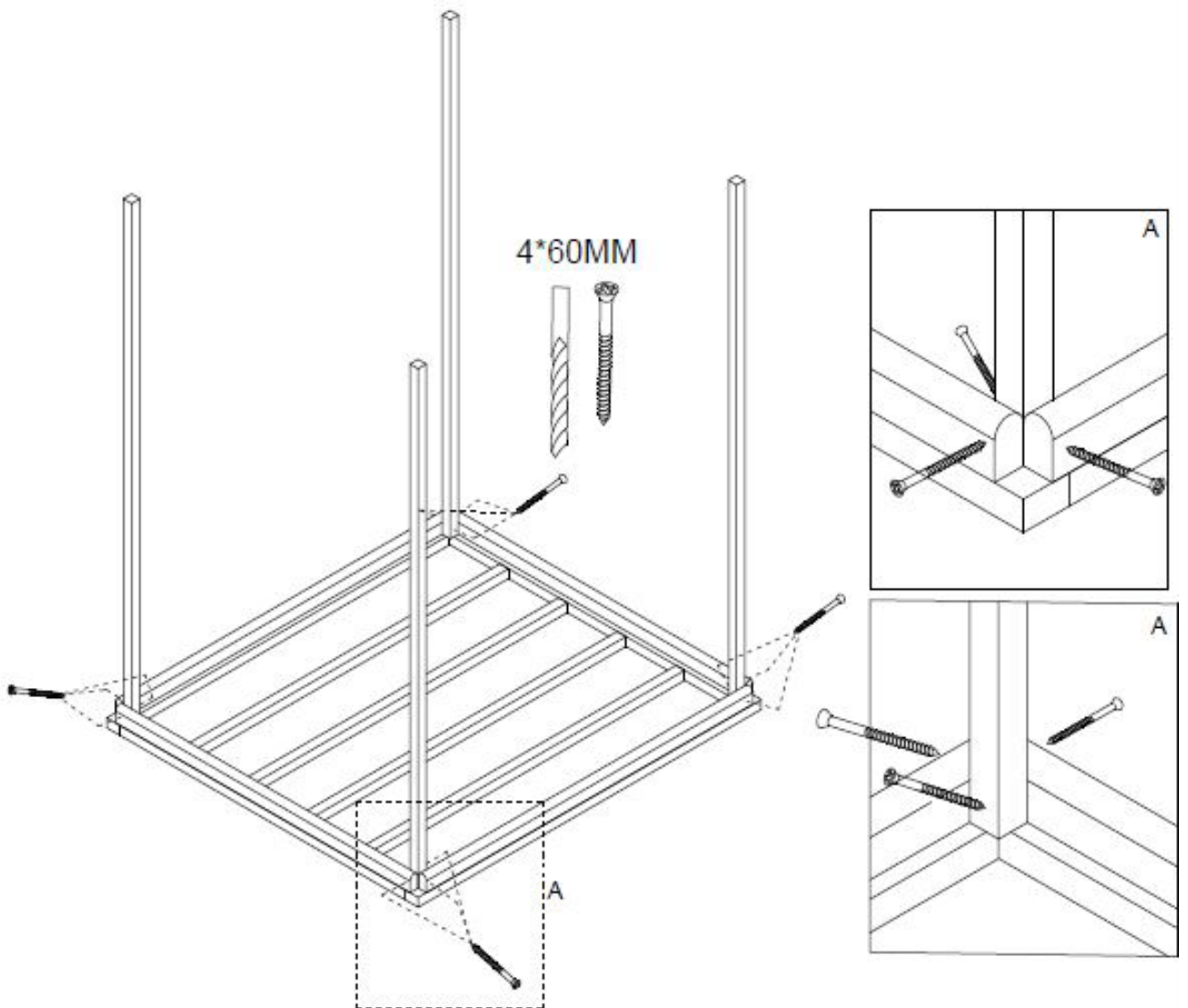
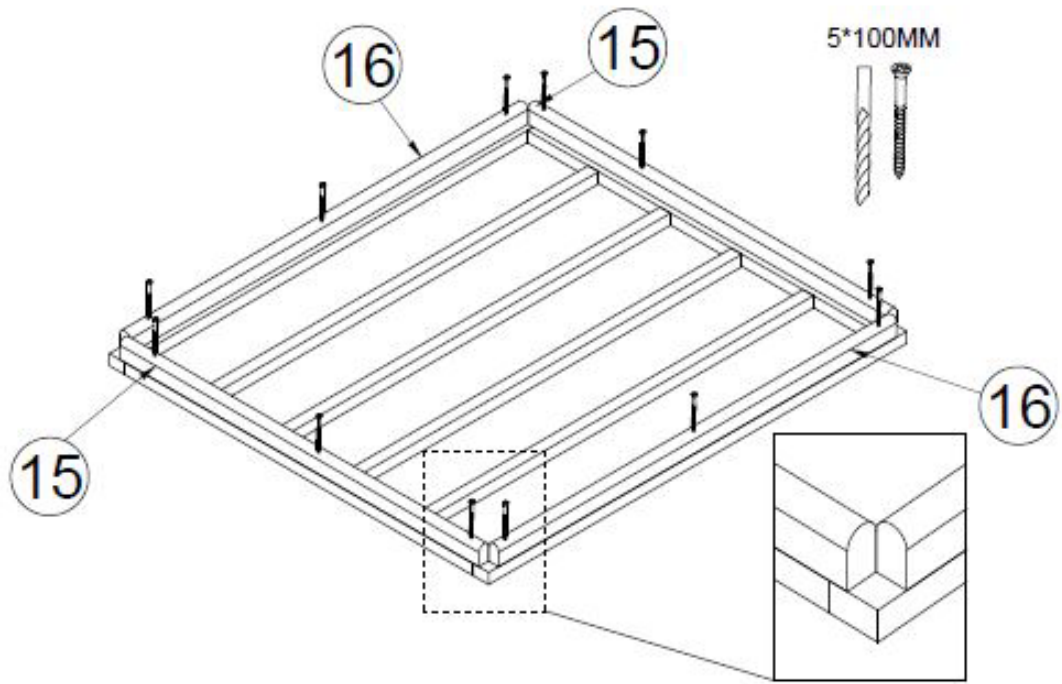
# A szauna részei

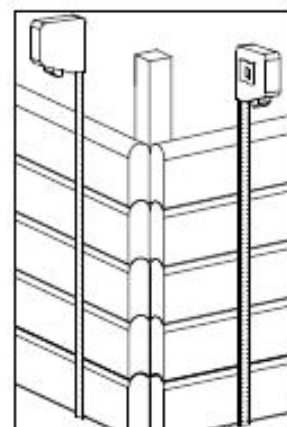
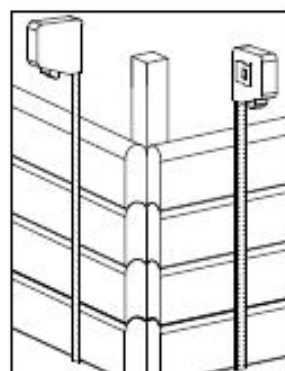
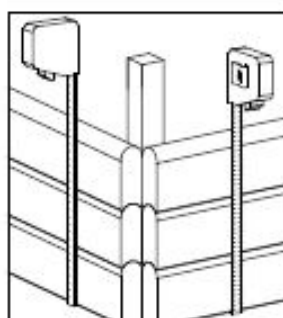
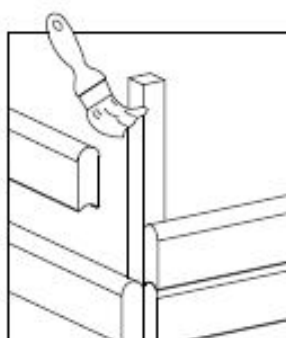
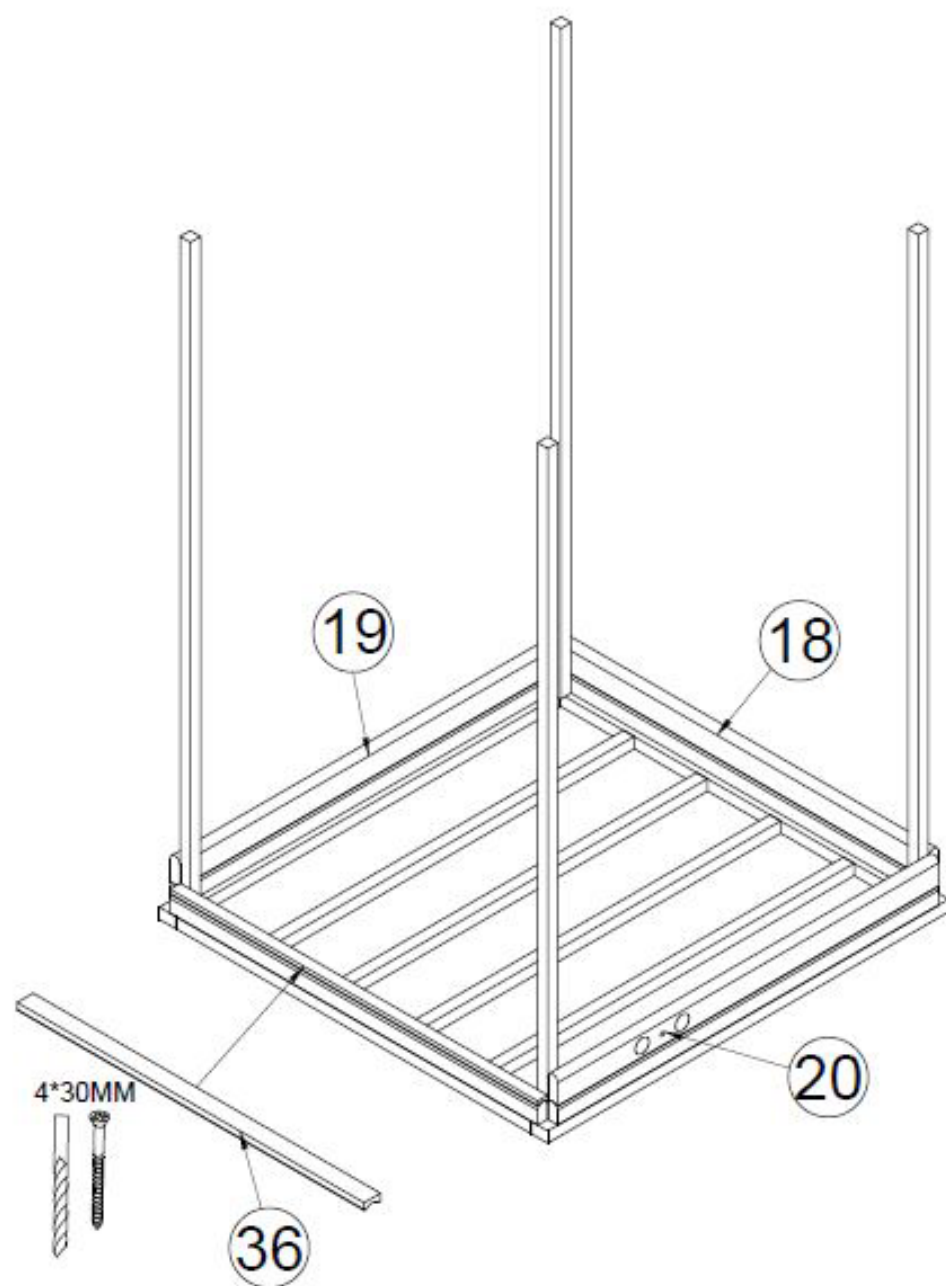


①  4PCS 2188*38*38mm	②  8PCS 2140*90*13mm	③  3PCS 1767*47*10mm	④  4PCS 330*33*33mm	⑤  2PCS 570*90*20mm
⑥  4PCS 360*90*20mm	⑦  1PCS 1PCS 252*80*40mm 300*80*40mm	⑧  1PCS 1927*90*66mm	⑨  1PCS 1927*90*66mm	⑩  1PCS 1747*40*13mm
⑪  4PCS 553*33*20mm	⑫  2PCS 537*40*13mm	⑬  6PCS 87*50*38mm	⑭  2PCS 1374*67*38mm	⑮  2PCS 1424*67*38mm
⑰  1PCS 1374*97*38mm	⑱  21PCS 1374*97*38mm	⑲  1PCS 1424*97*38mm	⑲  41PCS 1424*97*38mm	⑳  2PCS 1424*167*38mm
⑳  1PCS 1374*81*38mm	㉑  1PCS 1374*71*38mm	㉒  3PCS 1885*90*38mm	㉓  1PCS 1767*90*60mm	㉔  3PCS 1714*33*13mm
㉕  5PCS 1374*90*38mm	㉖  1PCS 1372*553*33mm	㉗  1PCS 1372*300*33mm	㉘  2PCS 1500*55*38mm	㉙  2PCS 1340*38*38mm
㉚  4PCS 1424*38*38mm	㉛  2PCS 1727*90*20mm	㉜  1PCS 1650*90*20mm	㉝  17PCS 1372*97*20mm	㉞  1PCS 1374*38*17mm

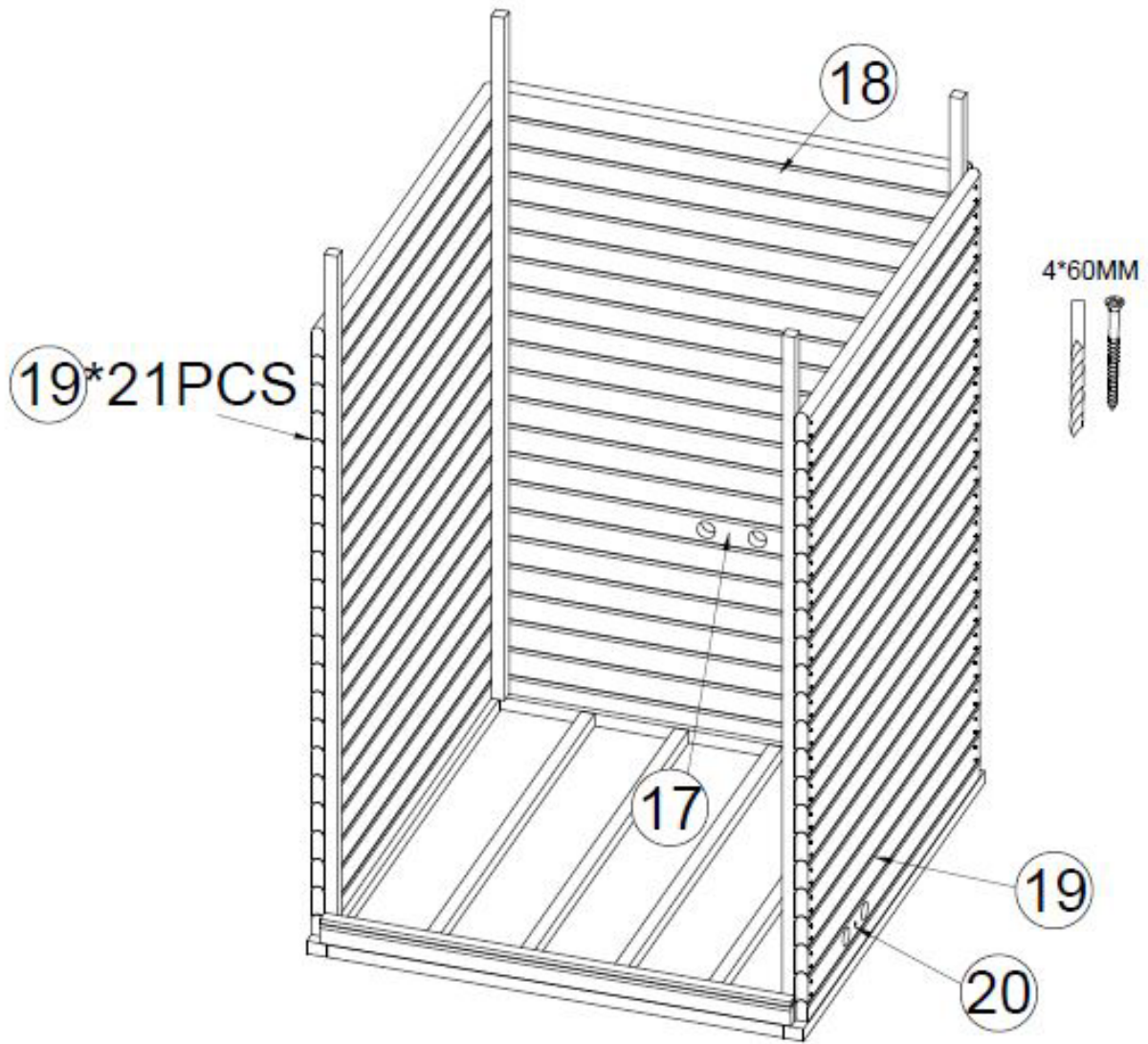
 <p>36</p> <p>1PCS</p> <p>1104*90*66mm</p>	 <p>37</p> <p>1PCS</p> <p>1104*90*66mm</p>	 <p>38</p> <p>26PCS</p> <p>1727*97*20mm</p>	 <p>39</p> <p>1PCS</p> <p>1733*594*6mm</p>	 <p>40</p> <p>1PCS</p> <p>1764*421*6mm</p>
 <p>41</p> <p>1PCS</p> <p>5000*1000MM</p>	 <p>42</p> <p>1PCS</p> <p>300*142*105MM</p>	 <p>43</p> <p>világítás</p>	 <p>44</p> <p>szaunakályha</p>	
 <p>4*30MM 122PCS 4*40MM 118PCS 4*50MM 30PCS 4*60MM 320PCS 5*100MM 48PCS 3*16MM 1PCS</p>	 <p>6*60MM 2PCS</p>			



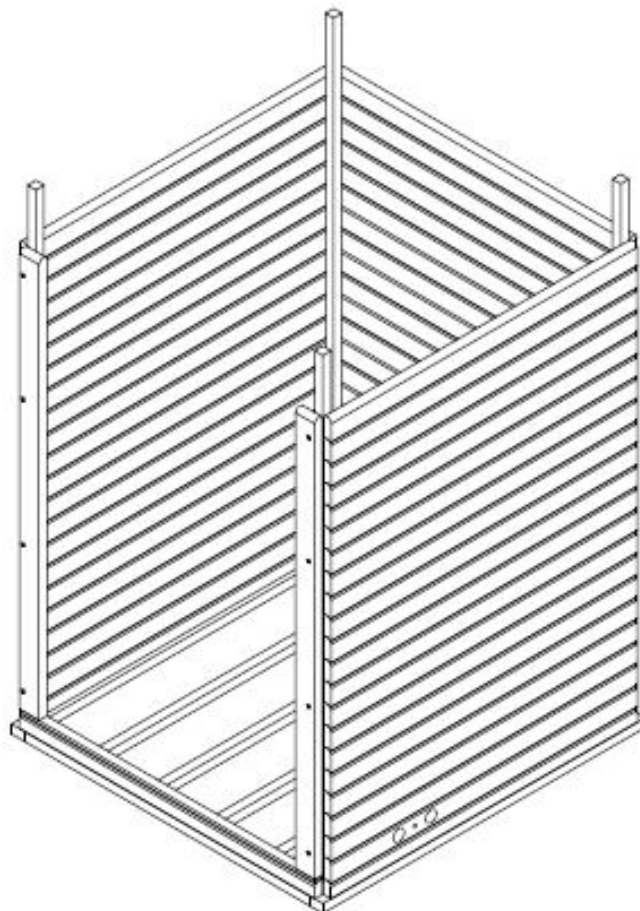


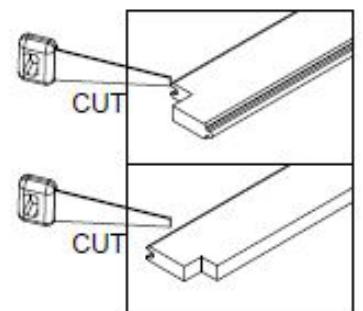
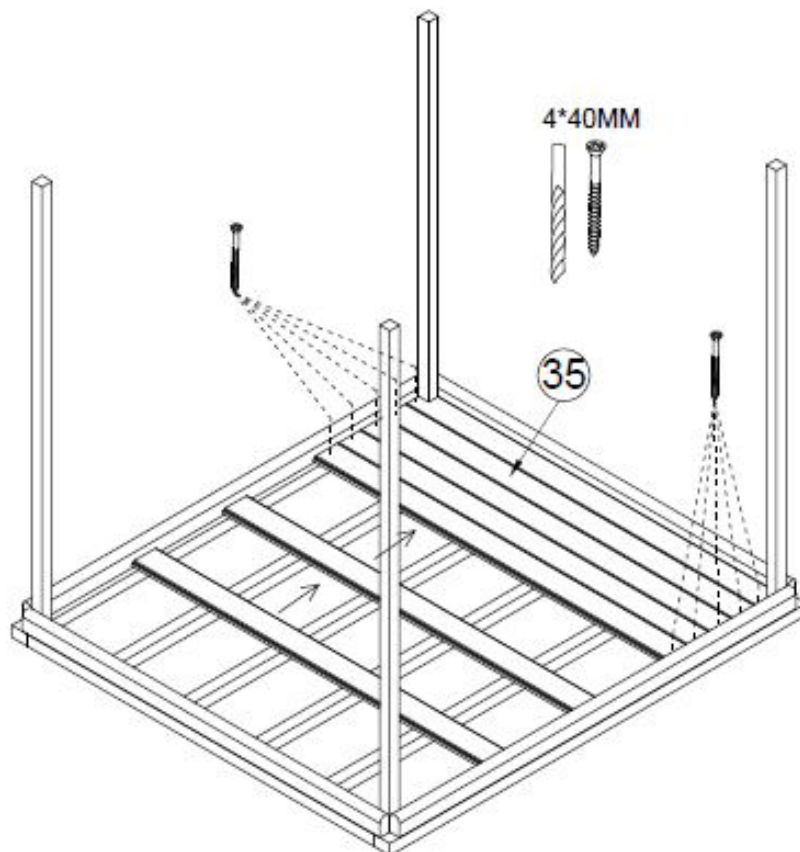
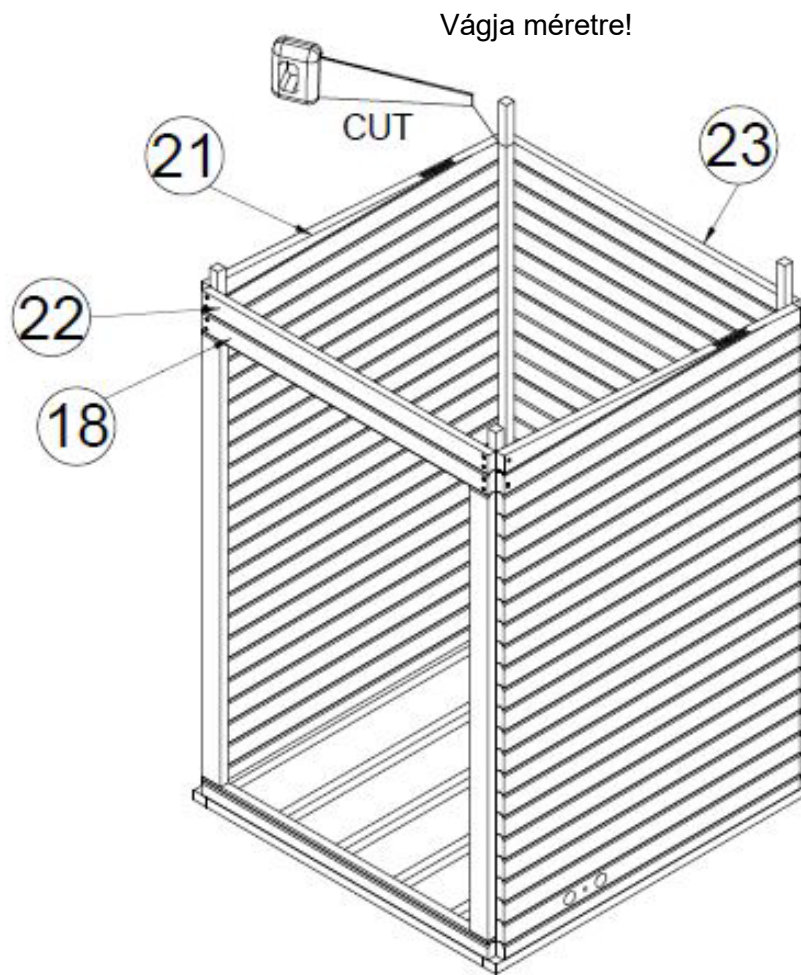




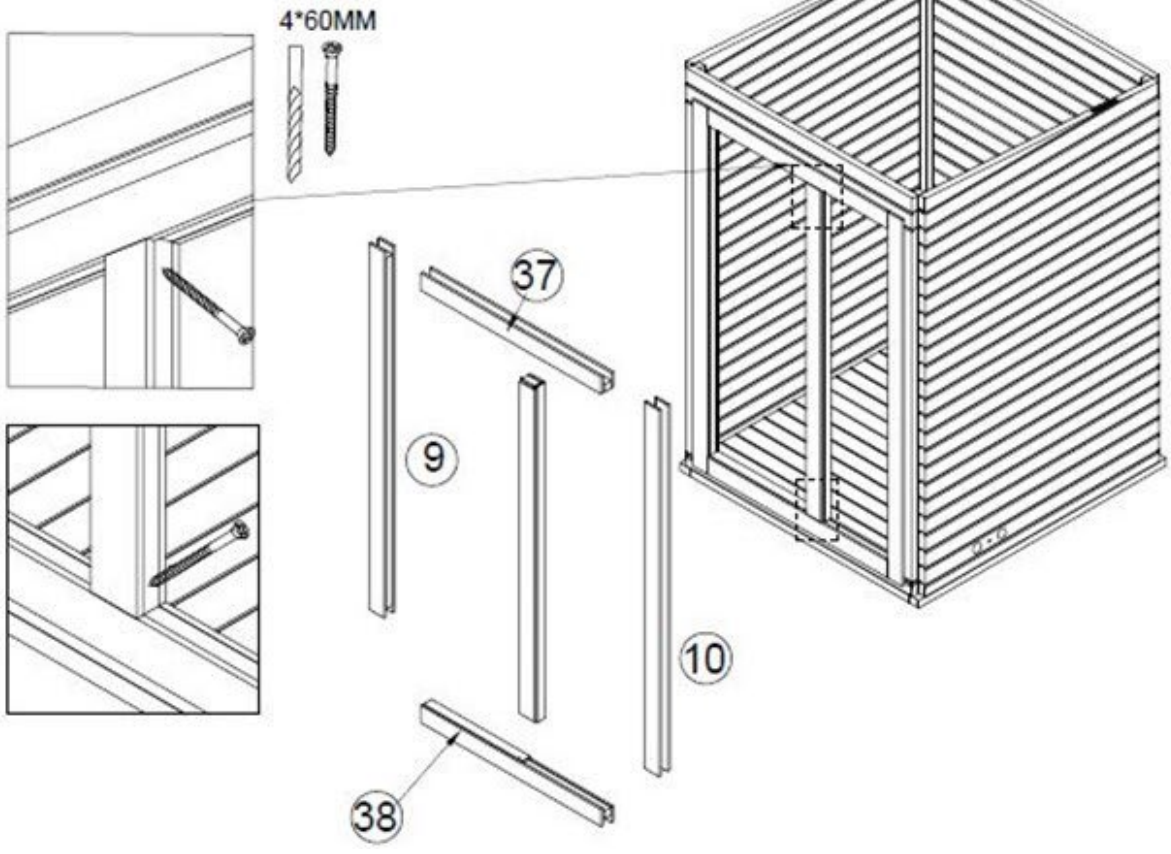
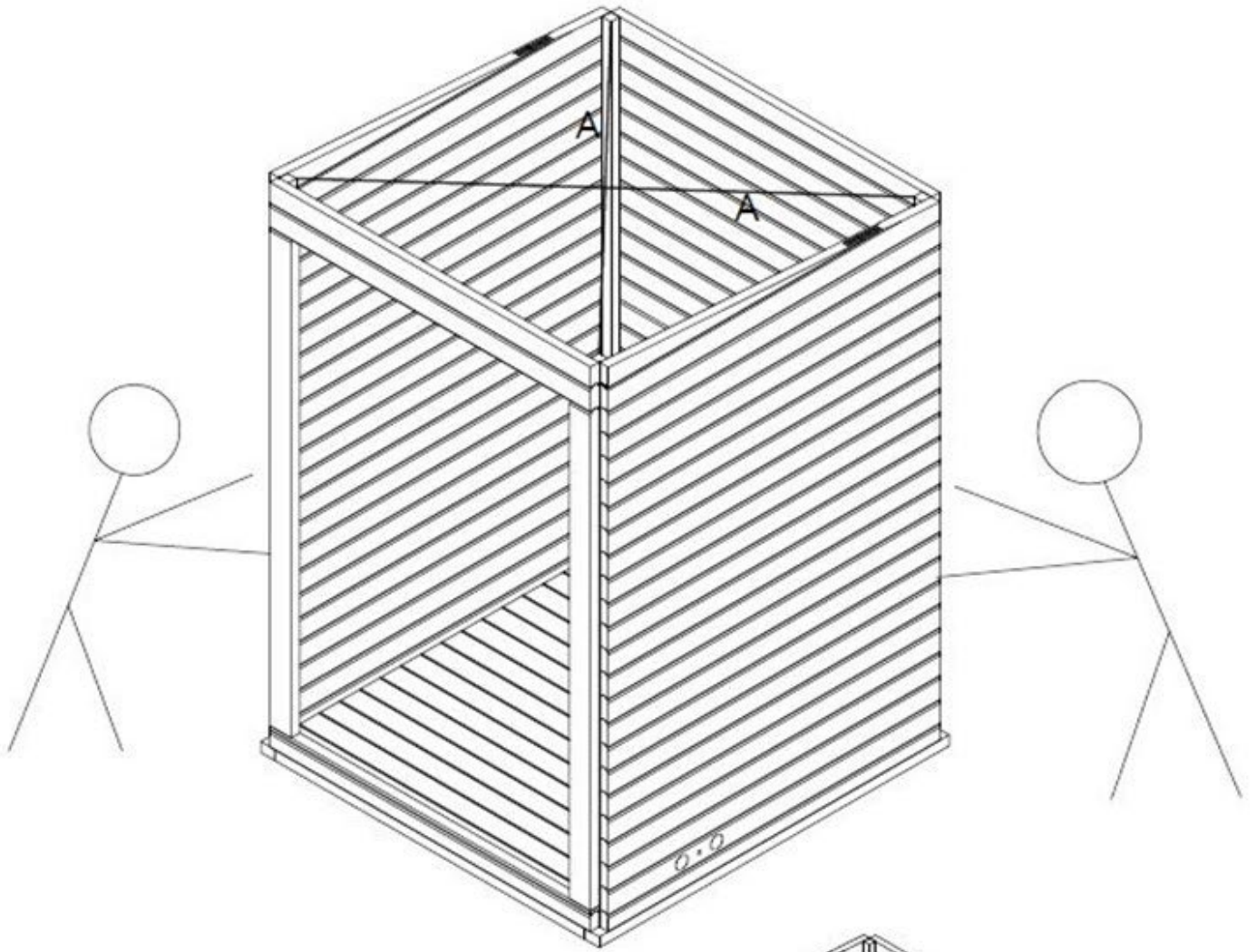


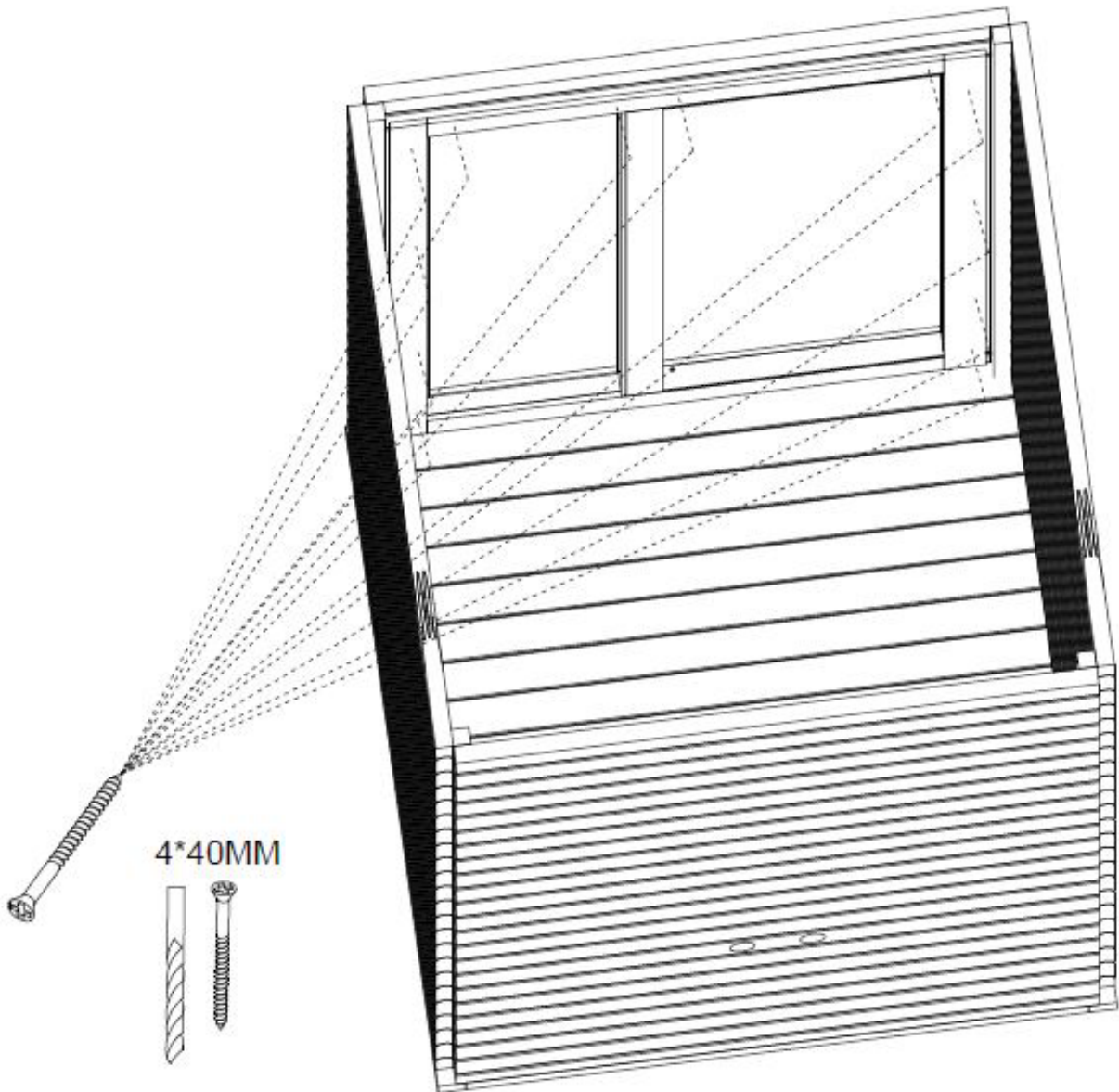
Vágja méretre!

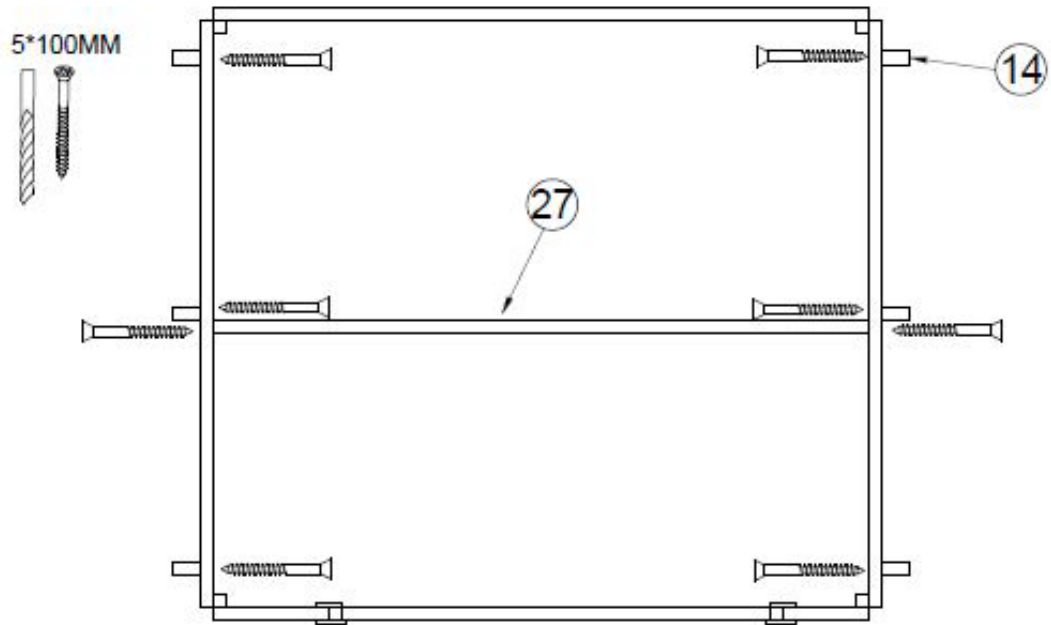
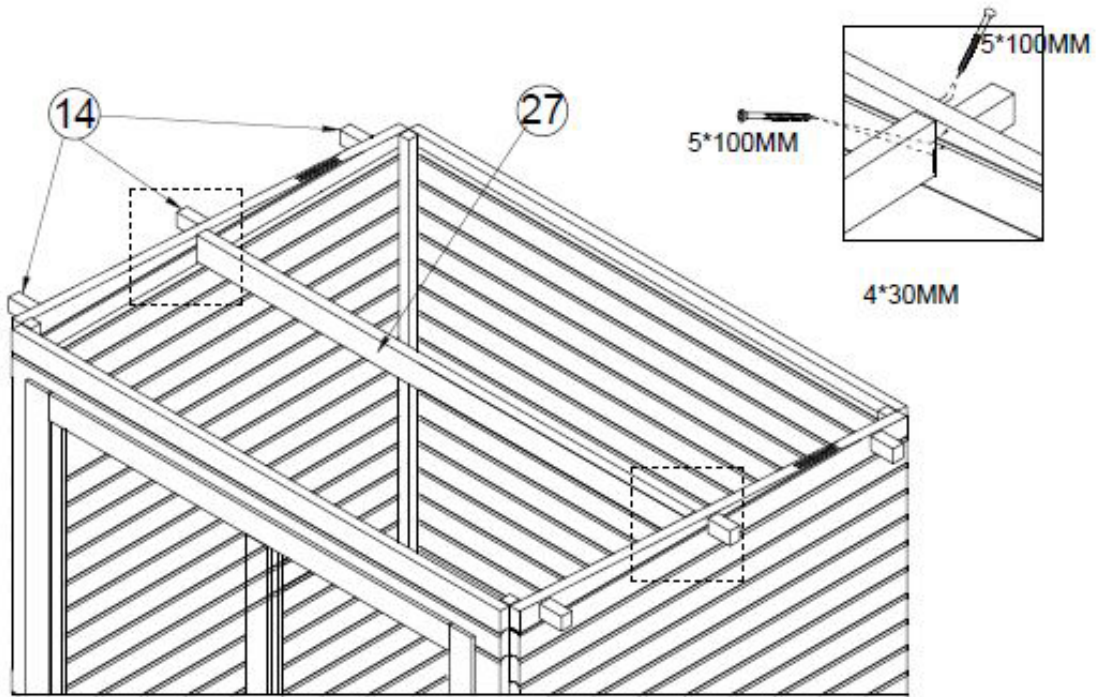


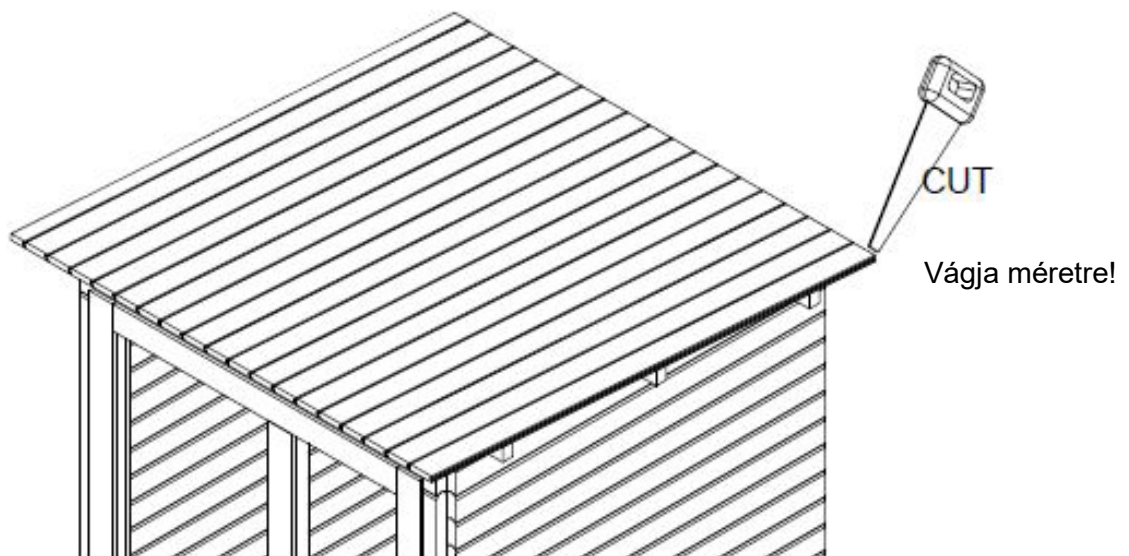
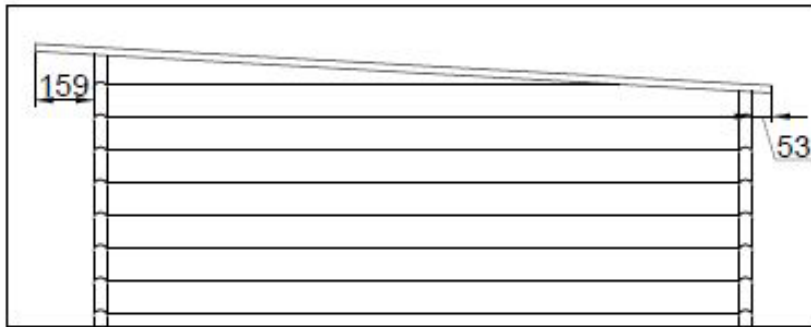
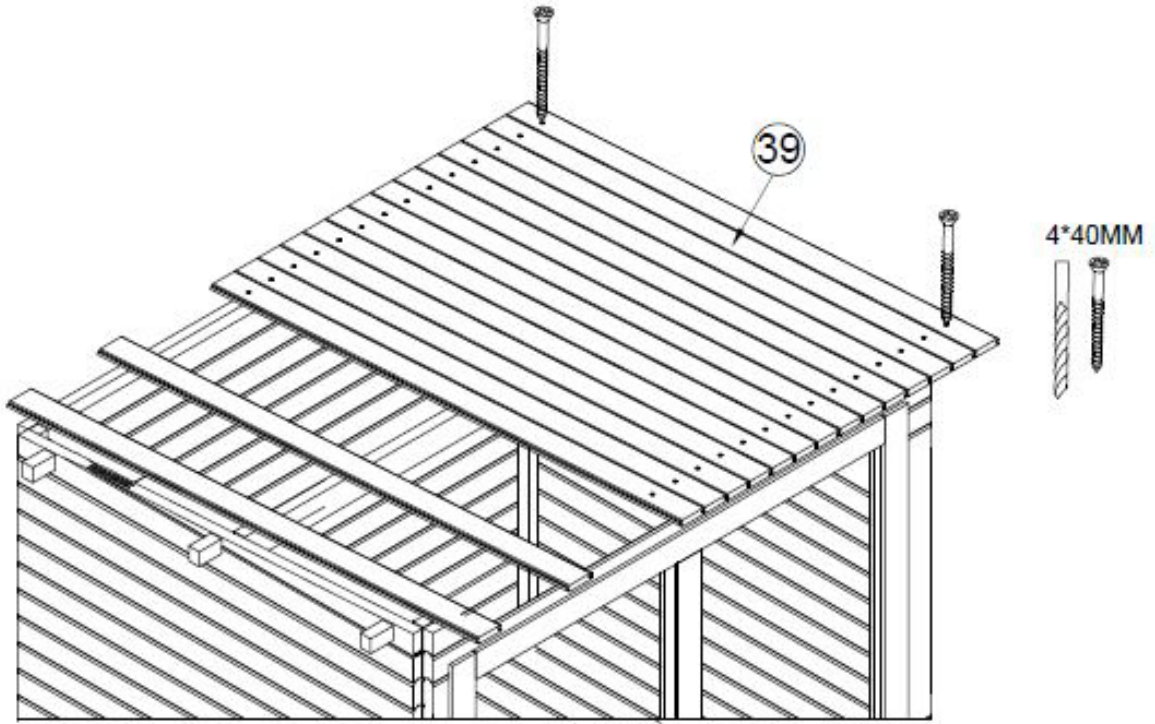


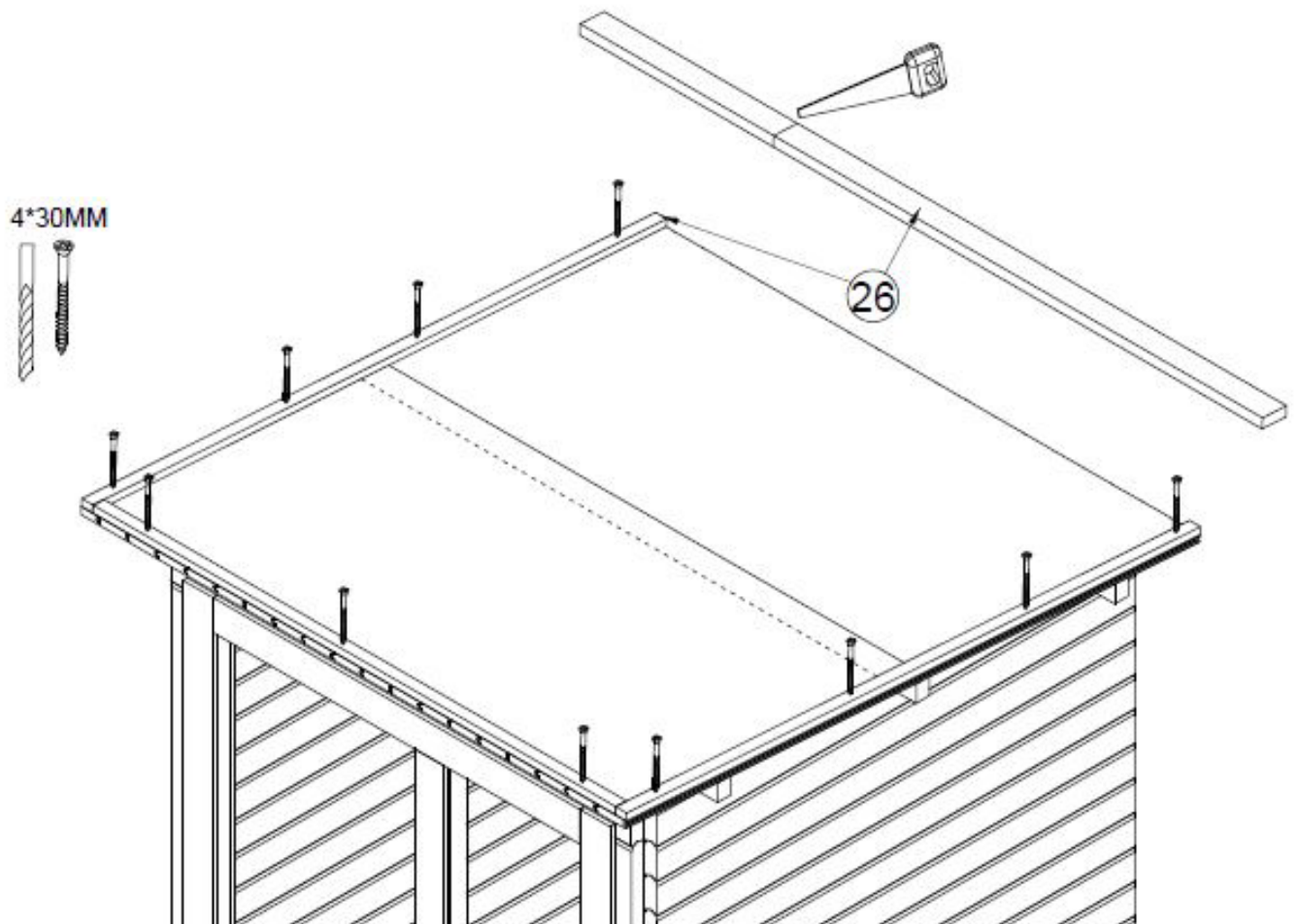
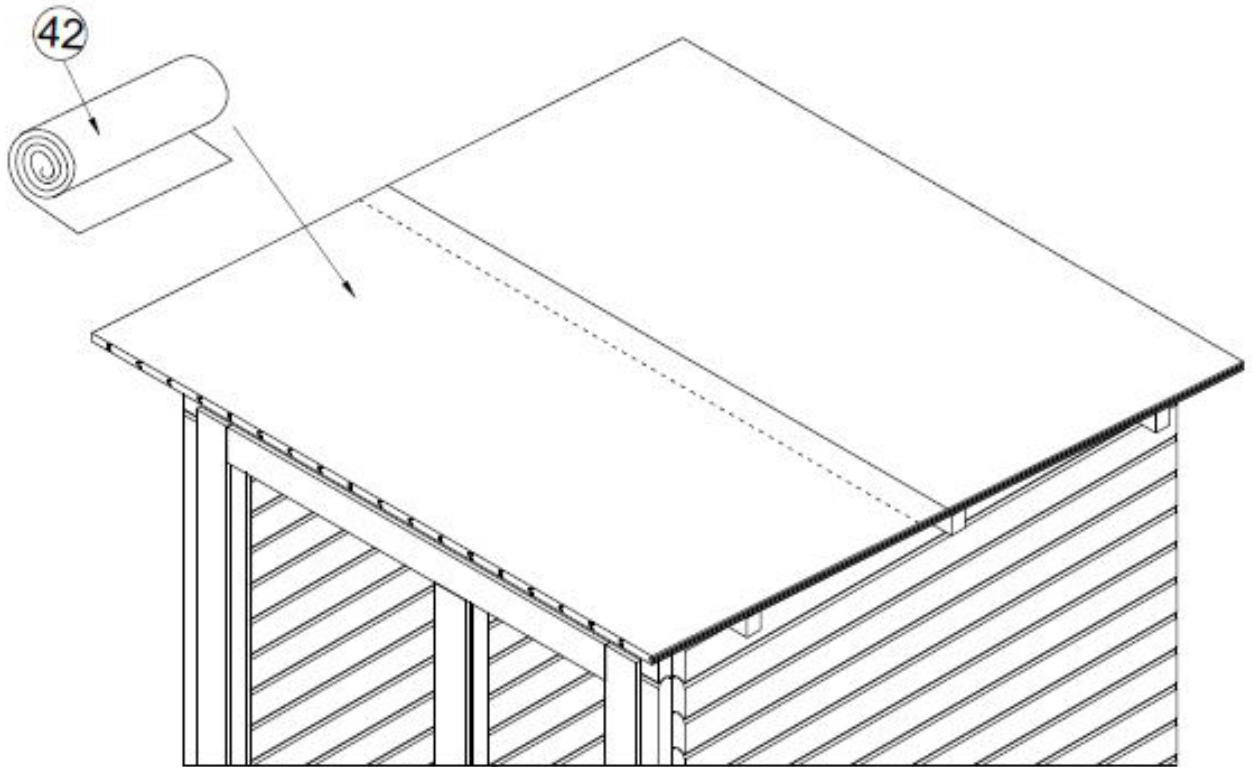
Vágja méretre!

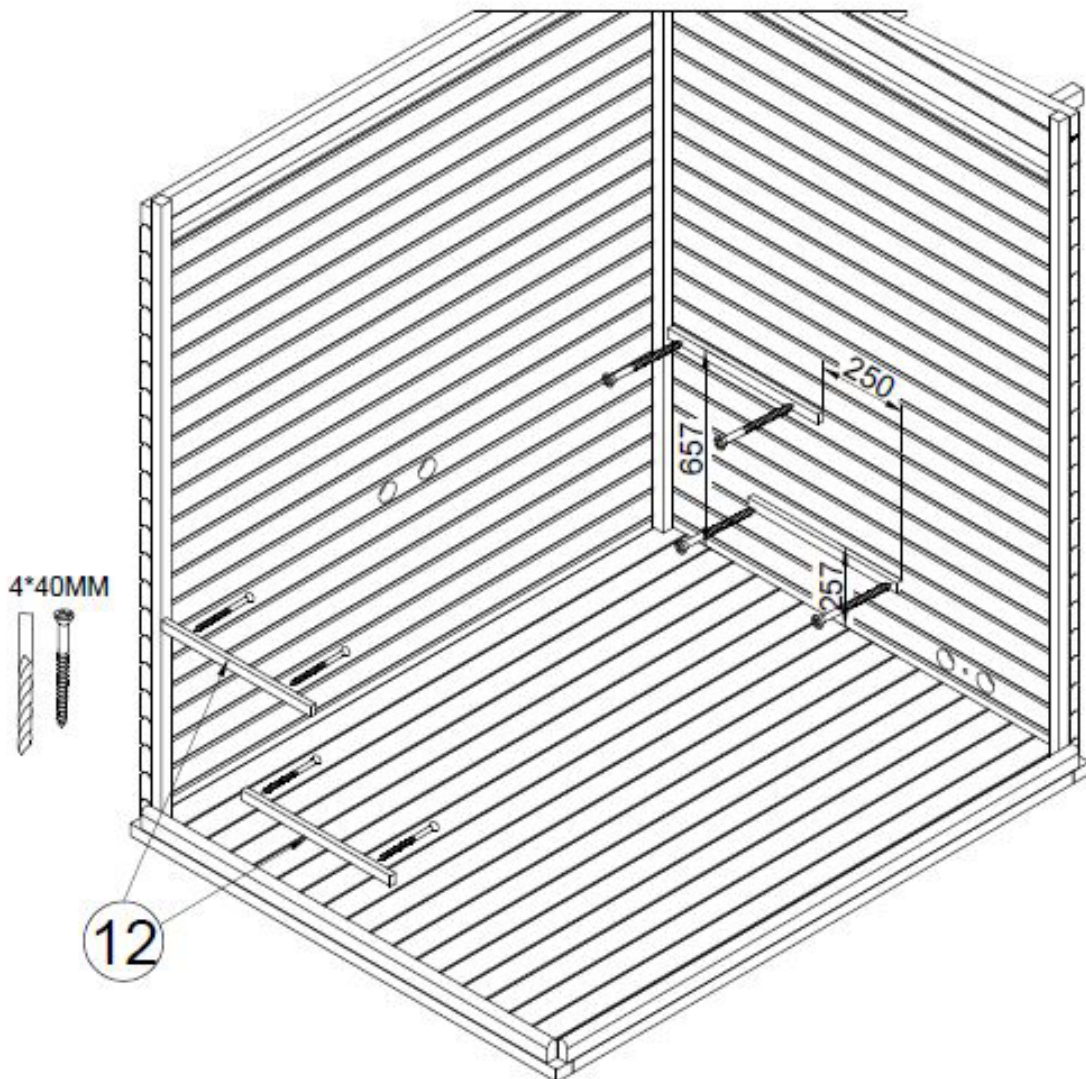
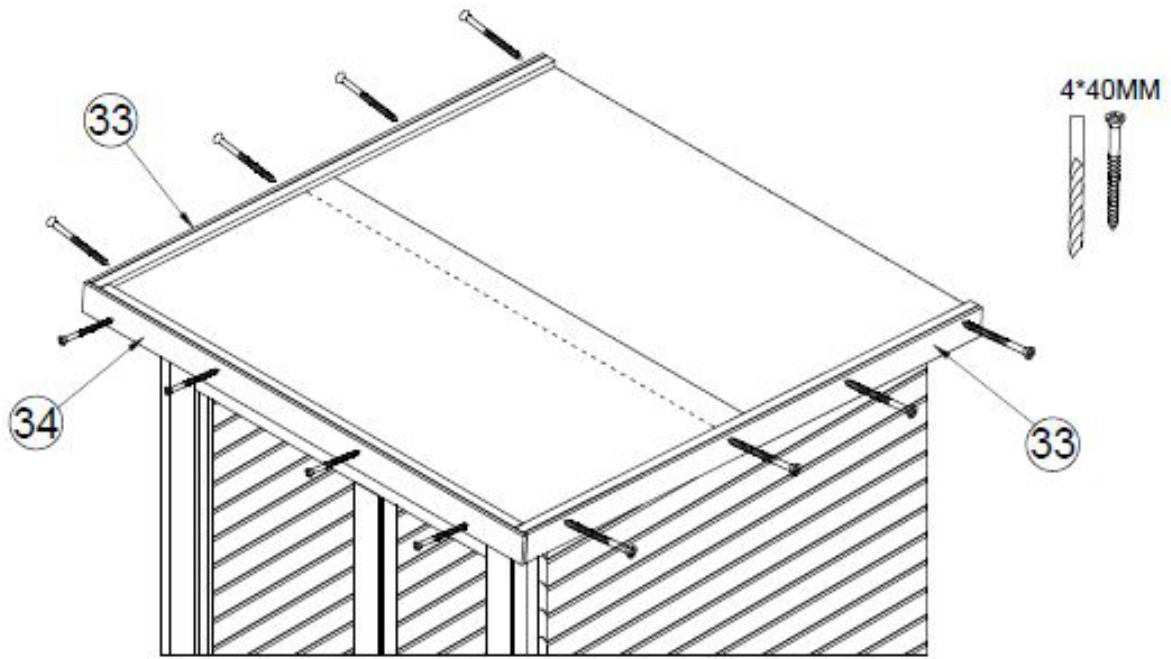




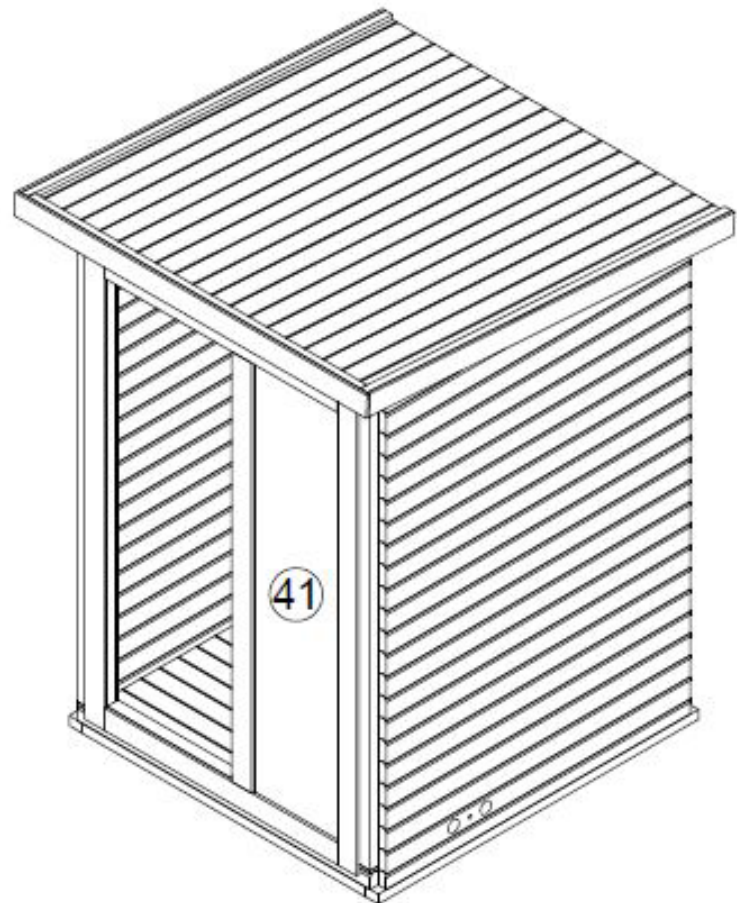
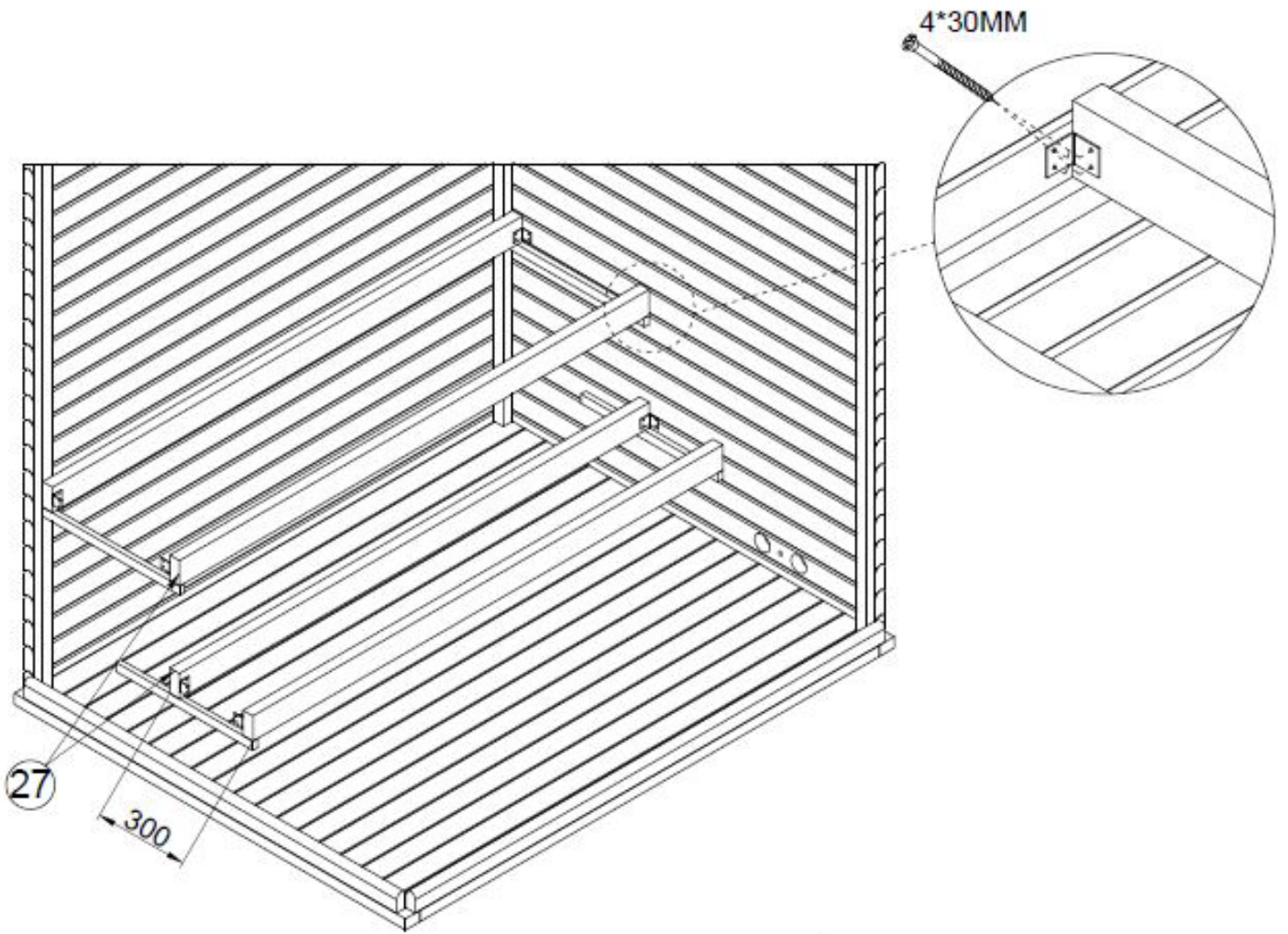


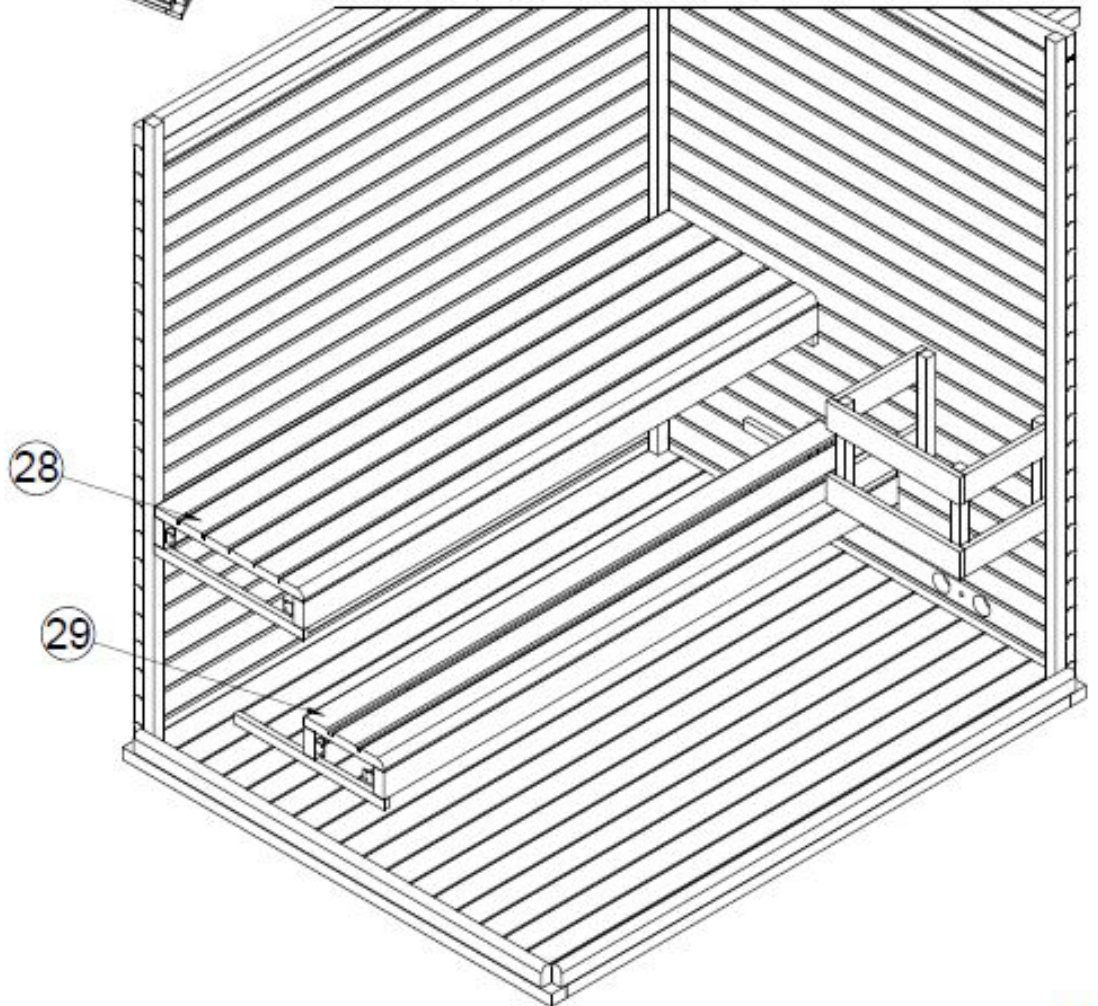
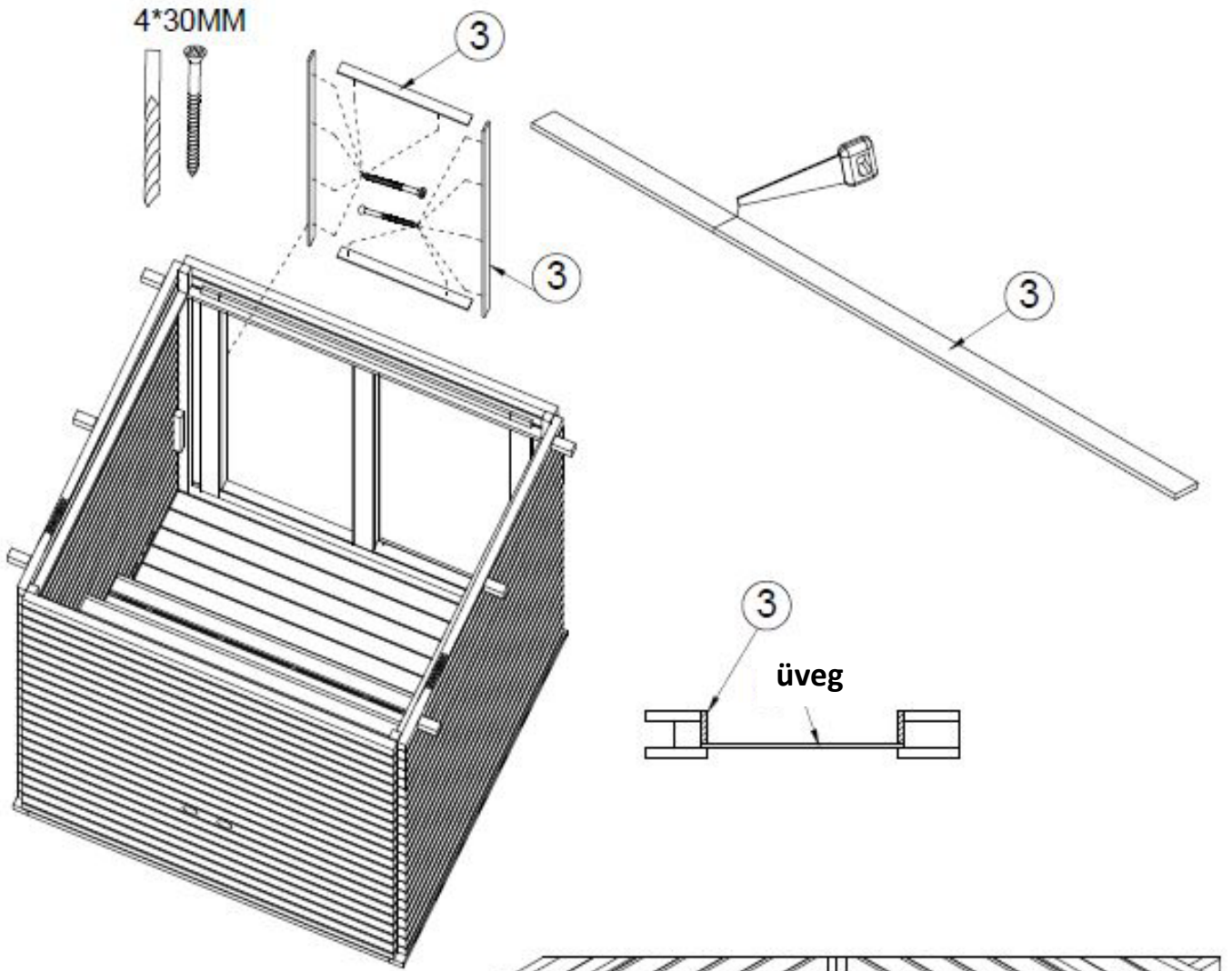


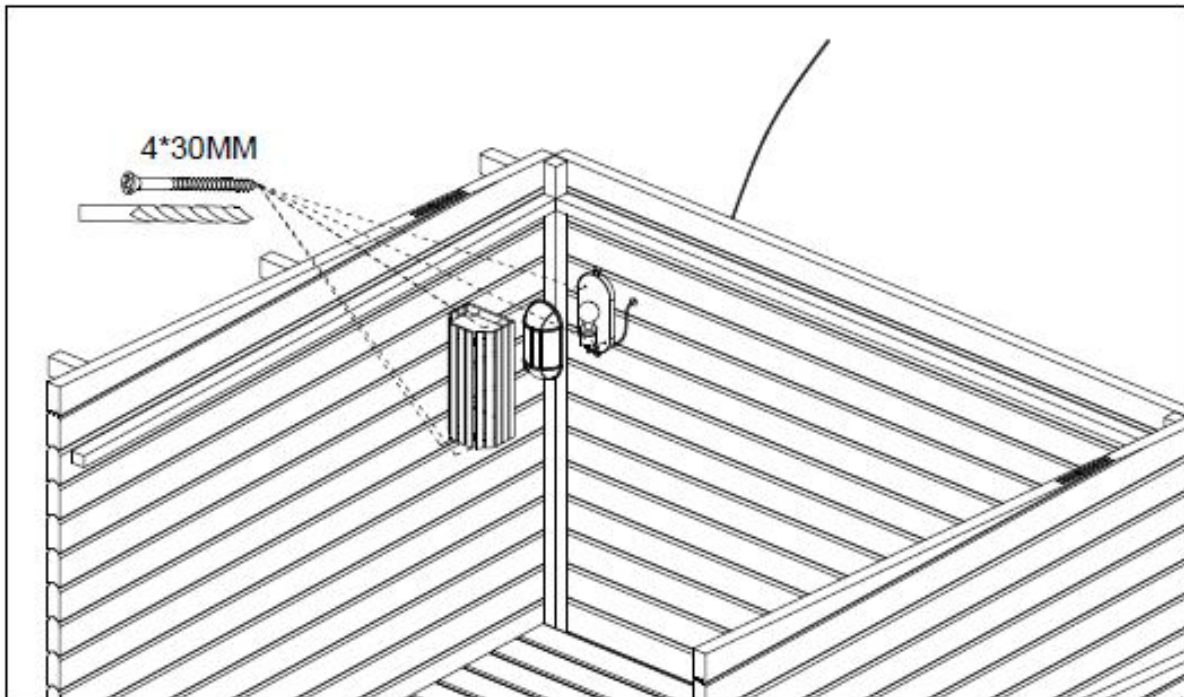
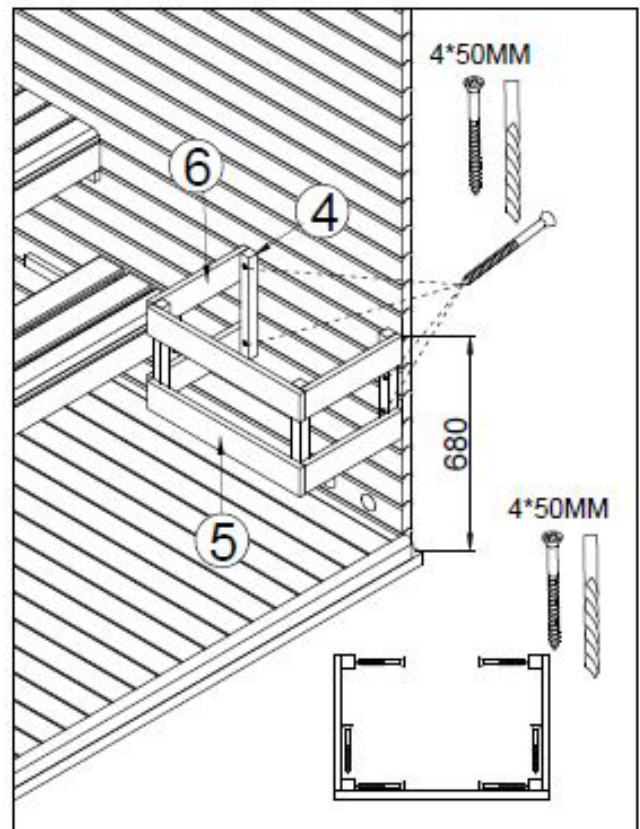
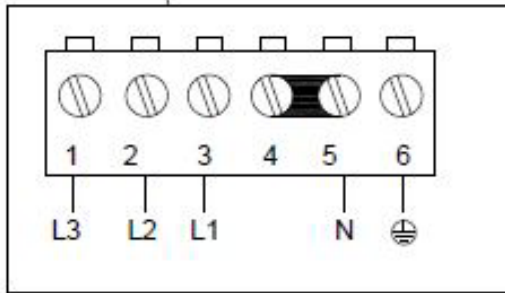
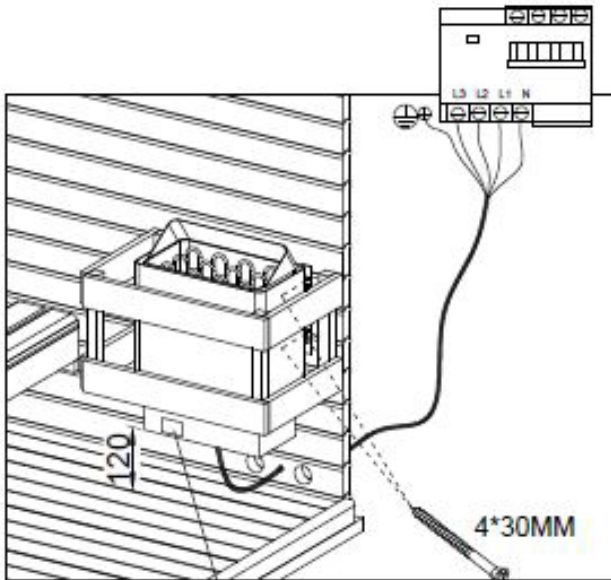


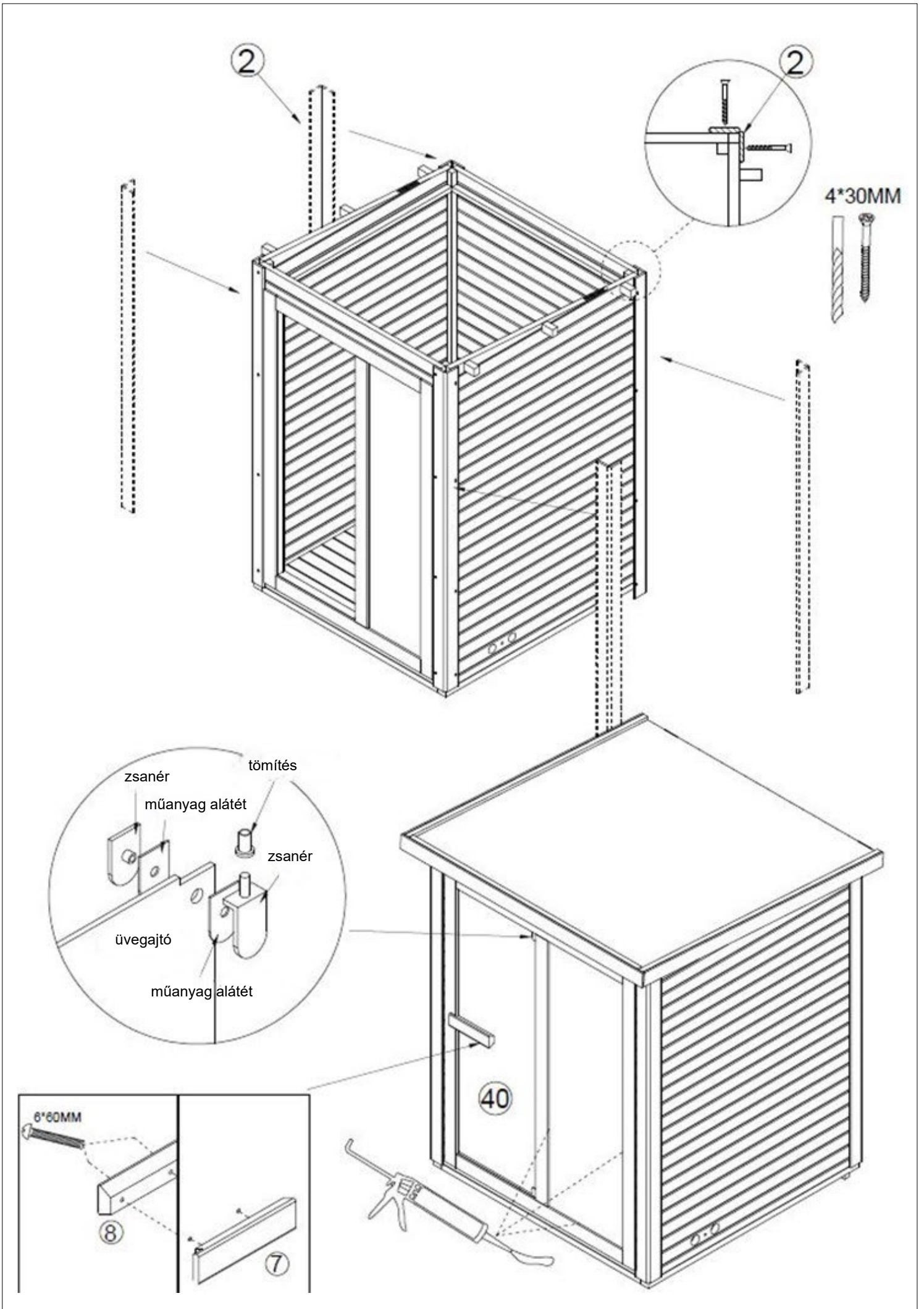


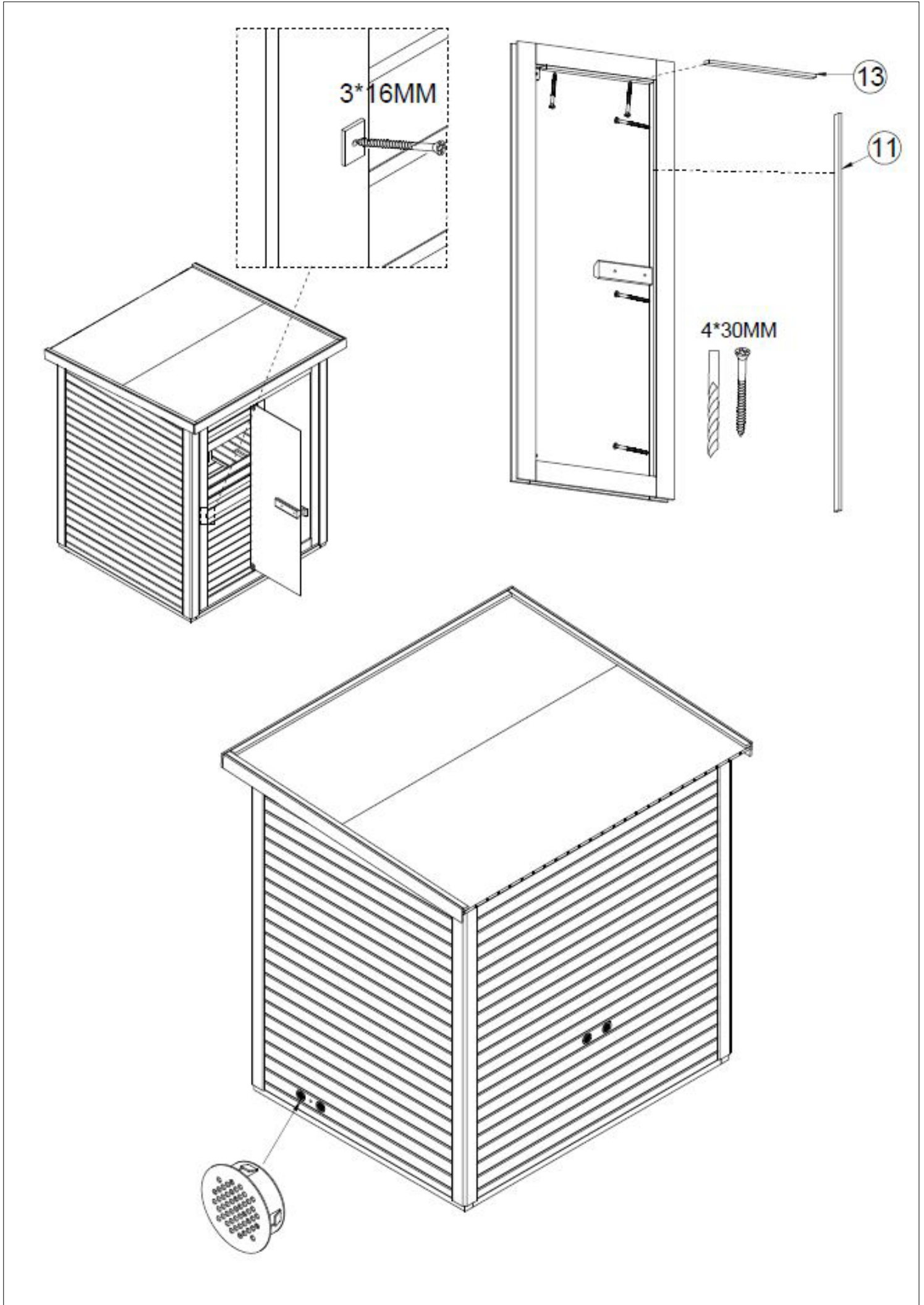












# Tisztítás, karbantartás

A szauna külsejét az összeszerelést követően egy kefével tisztítsa meg, majd az állagmegőrzés érdekében és hogy védje azt az időjárási viszontagságoktól (csapadék, napsugárzás), faolajjal kezelje le.

A felújító kezelést évente ajánlott elvégezni.

Egészség- és környezetvédelmi szempontból nem javasoljuk erős kémiai szerek (lazúr, fazománc) használatát.

A szauna belsejét nedves pamutkendővel tisztítsa meg, majd tiszta, száraz ruhával törölje szárazra.

A résekből a port legegyszerűbben porszívóval távolíthatja el.

Ne használjon kémiai tisztítószereket!

Az üvegeket ablaktisztítóval és puha ruhával tisztítsa meg.

# Használati és biztonsági útmutató

Kérjük, hogy használat előtt olvassa át az alábbi útmutatót.

Ha kétségei merülnek fel, hogy használhatja-e a szaunát, kérje ki kezelőorvosa véleményét.

Ha szaunázás közben szédülést vagy hőhullámokat tapasztal, azonnal hagyja el a szaunát!!

Kisgyermekeket és háziállatokat ne engedjen a szaunába!

Az elektromos részeket nem érheti víz! Ügyeljen rá, hogy a szaunakályhára ne fröcsögjön víz vagy veríték, mert ez rövidzárlatot okozhat.

A szaunakályhát soha ne takarja le, mert tűzveszélyes. Mindig tartsa távol a kályhától a gyúlékony anyagokat (pl. törölközőket). Ha tűz ütne ki a szaunában, megfékezésére soha ne használja ruháit vagy törölközőit.

Ne érintse meg a kályhát a használat során és röviddel utána, mivel a forró részek miatt fennáll az égési sérülések veszélye.

Ne nyúljon a forró villanykörtéhez!

Ha izzót kell cserélni, előtte áramtalanítsa a szaunát és várja meg, míg az izzó kihűl.

Az elektromos zárlatok elkerülése érdekében a szaunában ne használjon fém tárgyakat.

Amennyiben nem használja a készüléket, figyeljen rá, hogy mindig kapcsolja ki.

3 óránál hosszabb ideig ne hagyja bekapcsolva a szaunakályhát. 3 óra használat után legalább egy óra hosszára kapcsolja ki a készüléket.

Bekapcsolt állapotban ne hagyja felügyelet nélkül a készüléket!

Az áramütések elkerülése érdekében viharban ne használja a szaunát!

Ne szereljen zárat a szauna ajtajára, nehogy valaki a szaunában rekedjen!

# A szauna jótékony élettani hatásai

- a forró és száraz levegőn elpusztulnak a baktériumok, vírusok
- a verejtékezéssel a bőrön keresztül távoznak a szervezetből a méreg- és salakanyagok
- javítja a vérkeringést, erősíti a szívet
- növeli a szervezet ellenálló képességét
- rugalmassá teszi a bőrt
- enyhíti az izomlázat
- stresszoldó hatása van
- alvászavarok ellen is hatásos

Szaunázás közben fokozódik a vérkeringés, ezáltal a szervezet több oxigénhez jut, így könnyebben ellazul, regenerálódik. Már havi egyszeri szaunázás is pozitív hatással bír.

## MIKOR NE SZAUNÁZZON?

A szauna kiváló a betegségek kialakulásának megelőzésére, azonban ha már lázas beteg, akkor tilos szaunázni!

Ellenjavallt a szauna használata:

- idős, legyengült személyeknek
- krónikus betegségben (diabétesz, epilepszia) szenvedőknek
- várandós anyáknak
- 12 év alatti gyermekeknek
- túlsúlyos, szívbeteg, magas vérnyomással vagy keringési és visszérproblémákkal küzdő személyeknek
- ha Ön rosszul tűri a meleget

Soha ne használja a szaunát, ha gyógyszert vett be, alkoholt vagy kábítószerrel fogyasztott, mert ezek használata a szaunában eszméletvesztéshez vezethet.

## Néhány jótanács

Ha a szauna használata előtt meleg vagy forró zuhanyt vesz, még intenzívebbé teheti a verejtékezést. Tusolás után alaposan törölközzön meg. Egyrészt a száraz bőr jobban verejtékezik, másrészt a víz károsítja a kabin faanyagát.

A szaunázáshoz minimum 3 törölközőt használjon. Egyet terítsen a padlóra, a lába alá, egyet a padra, amire ráül, a harmadikkal pedig rendszeresen itassa fel testéről az izzadságot.

Szaunázás előtt mindig vegye le az ékszereit, mert a nagy melegben azok gyorsan felforrósodnak és megégethetik bőrét.

Se éhesen, se tele gyomorral ne használja a szaunát. Szaunázás előtt csak mértékkel vegyen magához folyadékot, szaunázás után viszont fogyasszon legalább egy liter vizet.

Megerőltető fizikai igénybevétel (sport, munka) után ne használja a kabint. Várjon legalább 30 percet, amíg szervezete pihen. A szaunázás akkor a leghatásosabb, ha ruha nélkül teszi. A fürdőruhával betakart testfelület alatt a bőr nem tud lélegezni, így a méregtelenítő folyamatok nem működnek megfelelően.

A szaunázás javasolt időtartama: 8-12 (kezdőként 4-8) perc, amelyet kövessen egy 5-10 perces hűlési fázis hideg vízes zuhanyzással.

