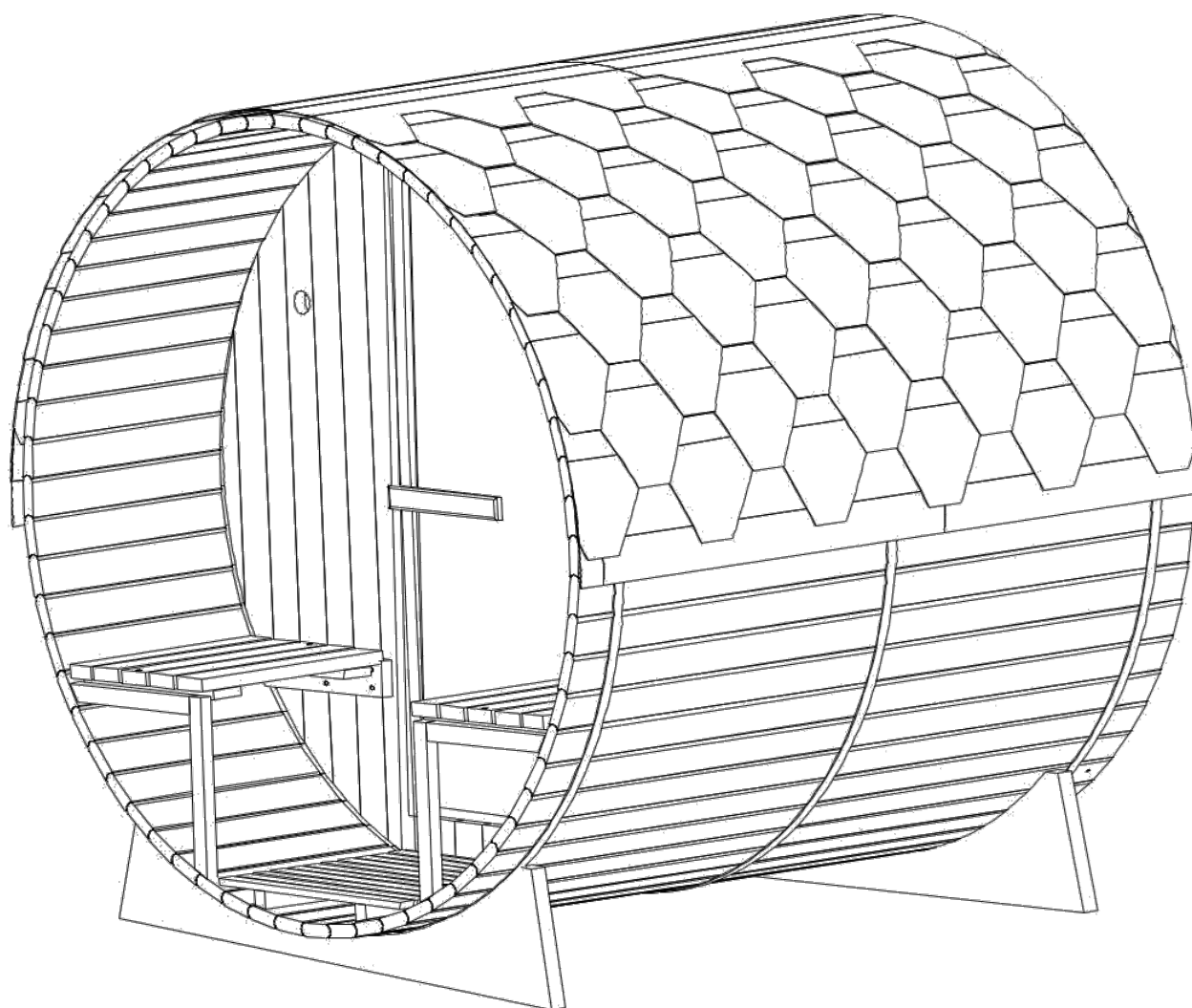


K10180

Kültéri finn szauna

# Szerelési és kezelési útmutató



# 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 beüzemelés előtt ellenőrizze a hálózati feszültséget és győződjön meg arról, hogy a földelt aljzatot megfelelően kötötte be.

A szaunához használt konnektorba ne dugjon más berendezéseket.

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

## 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 3 személyre van szükség. Kérjük, ellenőrizze a furatok átmérőjét, hogy elkerülje a fa sérülését.

### Eszközök



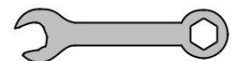
Csavarhúzó



Mérőszalag



Ceruza



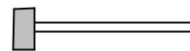
Csavakulcs



Fúrósár



Imbuszkulcs



Kalapács



Tapétavágó

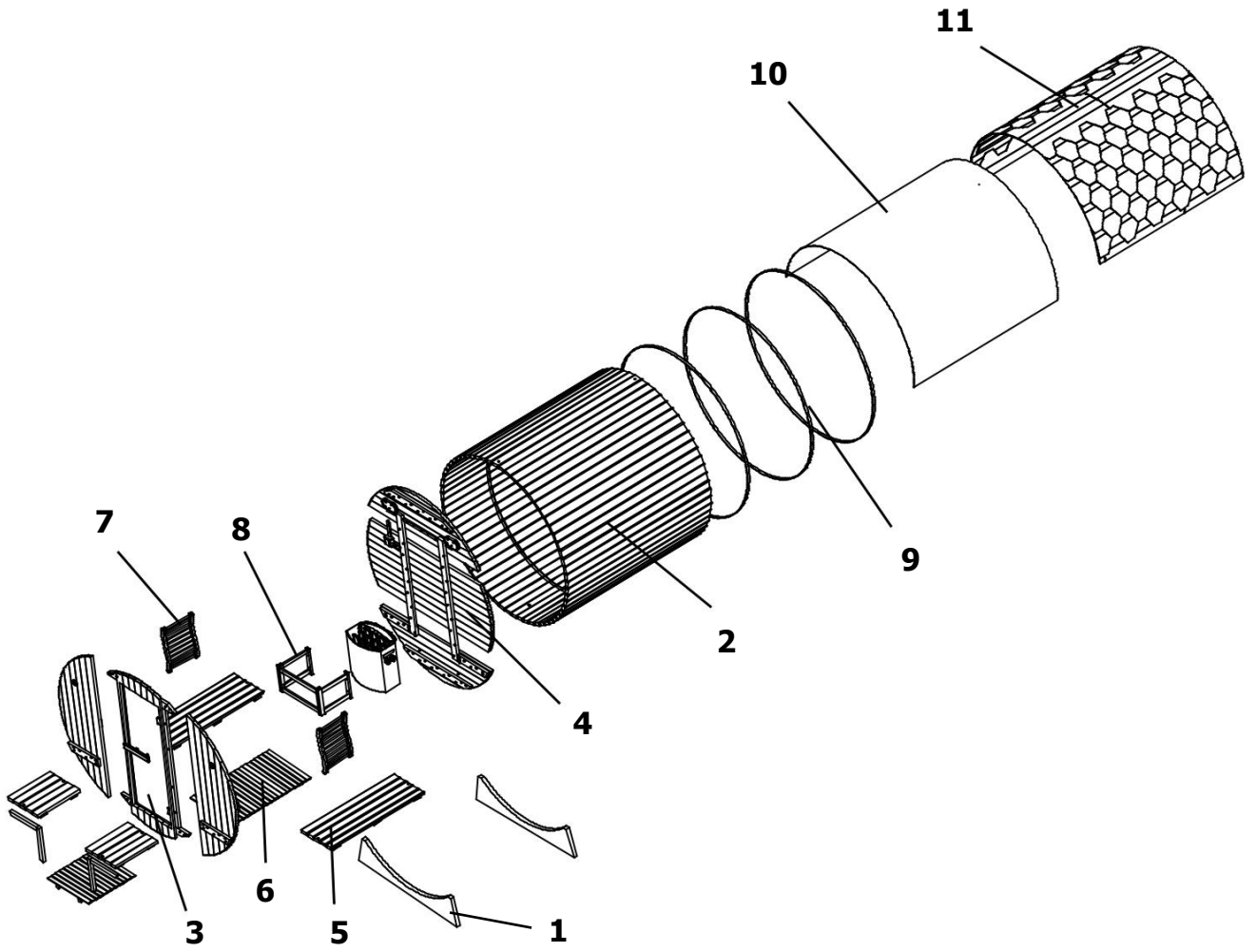


Létra




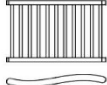

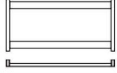






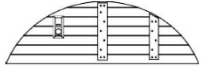

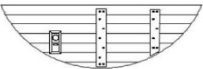

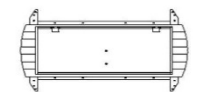
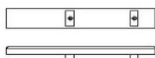
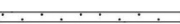


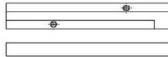


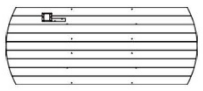

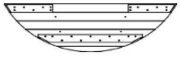

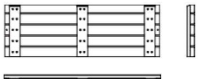


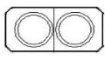


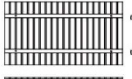


Akkus fúrógép

# A szauna részei

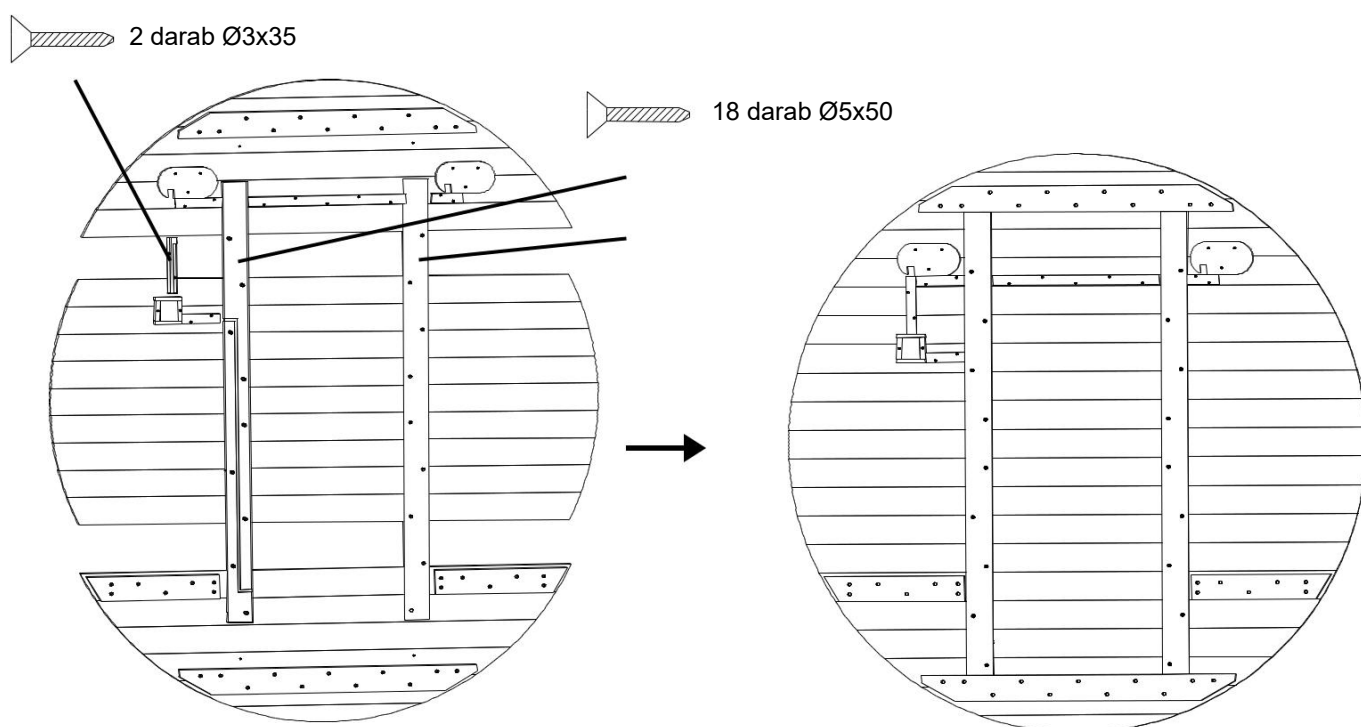
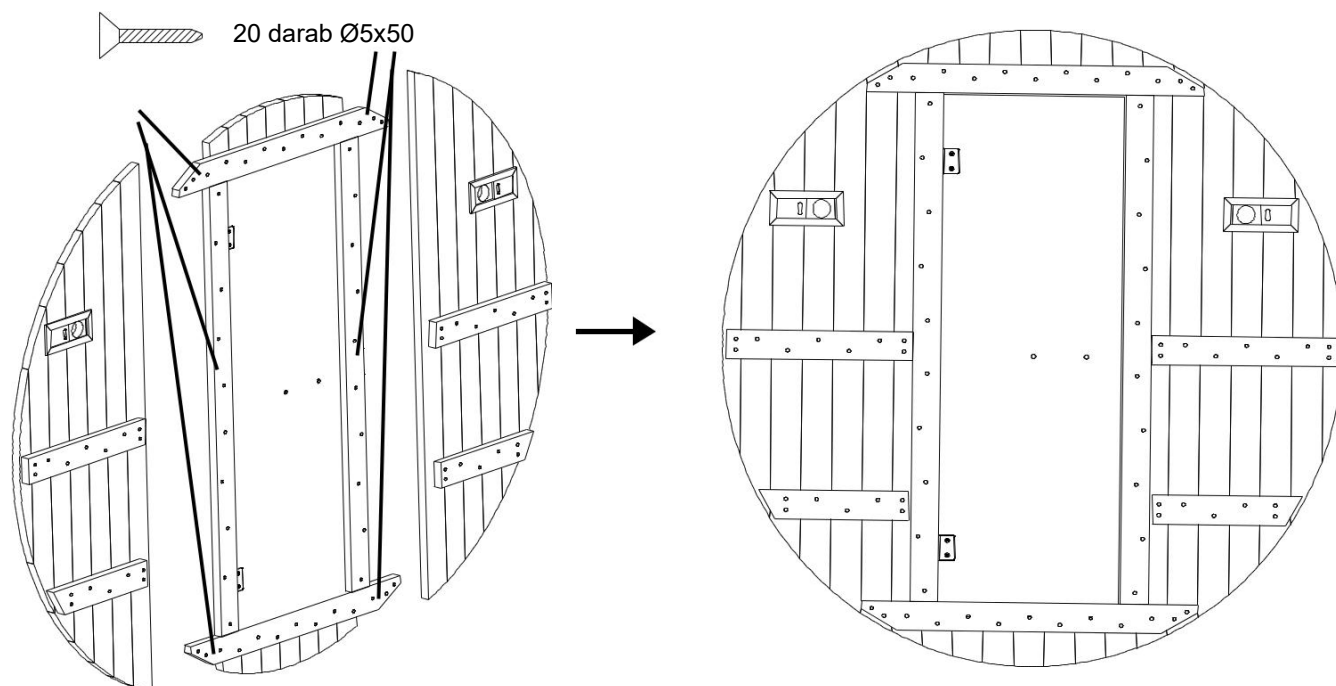


|       |       |       |       |       |       |    |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----|
|       |       |       |       |       |       |    |
| Ø5x50 | Ø4x50 | Ø4x30 | Ø3x35 | Ø4x12 | Ø6x70 |    |
| 44x   | 20x   | 8x    | 66x   | 240x  | 2x    | 2x |

# A szauna részei


|     |   |     |                |     |  |     |                 |
|-----|---|-----|----------------|-----|--|-----|-----------------|
| 1   |    | 2x  | 1400x300x33 mm | 7   |    | 2x  | 520x330x65 mm   |
| 2.1 |    | 2x  | 1800x93x30 mm  | 8.1 |    | 1x  | 560x300x40 mm   |
| 2.2 |    | 1x  | 1800x93x30 mm  | 8.2 |    | 2x  | 378x300x40 mm   |
| 2.3 |    | 60x | 1800x93x30 mm  | 9   |    | 3x  | acél pánt       |
| 2.4 |    | 1x  | 1800x93x30 mm  | 10  |    | 1x  | 3000x1800 mm    |
| 3.1 |    | 1x  | 1758x575x30 mm | 11  |    | 60x | 1000x320 mm     |
| 3.2 |    | 1x  | 1650x575x30 mm | 12  |    | 1x  | 250x50x45 mm    |
| 3.3 |   | 1x  | 1758x952x30 mm | 13  |   | 1x  | 350x50x45 mm    |
| 4.1 |  | 1x  | 1404x80x20 mm  | 14  |   | 1x  | szaunakályha    |
| 4.2 |  | 1x  | 1404x80x20 mm  | 15  |  | 1x  | 177x80x30 mm    |
| 4.3 |  | 1x  | 1574x488x30 mm | 16  |  | 1x  | vizes tálca     |
| 4.4 |  | 1x  | 1758x783x30 mm | 17  |  | 2x  | lámpa           |
| 4.5 |  | 1x  | 1574x488x30 mm | 18  |   | 2x  | pohártartó      |
| 5.1 |  | 2x  | 1152x425x50 mm | 19  |   | 1x  | szaunadézsza    |
| 5.2 |  | 2x  | 426x398x30 mm  | 20  |  | 1x  | hő- és páramérő |
| 5.3 |  | 2x  | 532x425x50 mm  | 21  |  | 1x  | homokóra        |
| 6.1 |  | 1x  | 990x585x40 mm  | 22  |  | 1x  | felöntő kanál   |
| 6.2 |  | 1x  | 535x585x40 mm  |     |  |     |                 |

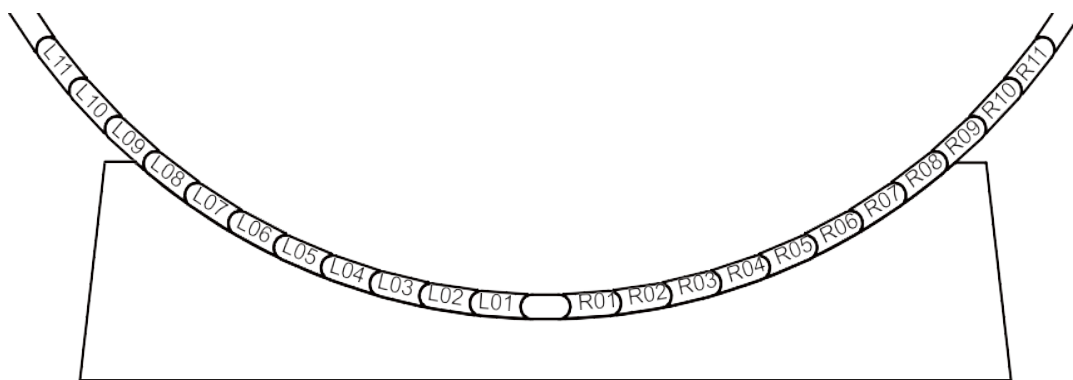
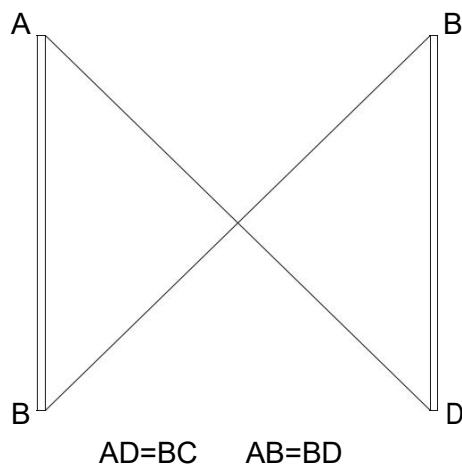
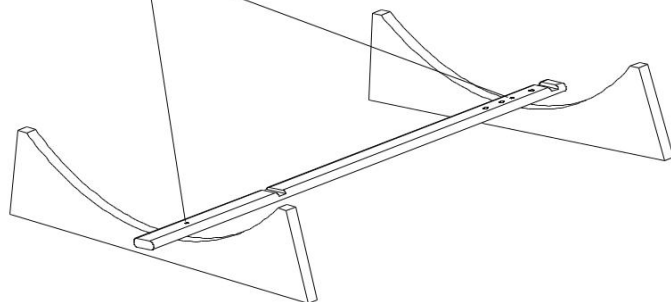
# Az összeszerelés lépései



Első lépésként szerelje össze a hordó elülső és hátsó falát. Mindkét fal 3 elemből áll. Az elülső fal egy bal oldali, egy középső és egy jobb oldali, míg a hátsó fal egy alsó, egy középső és egy felső elemből áll.

# Az összeszerelés lépései

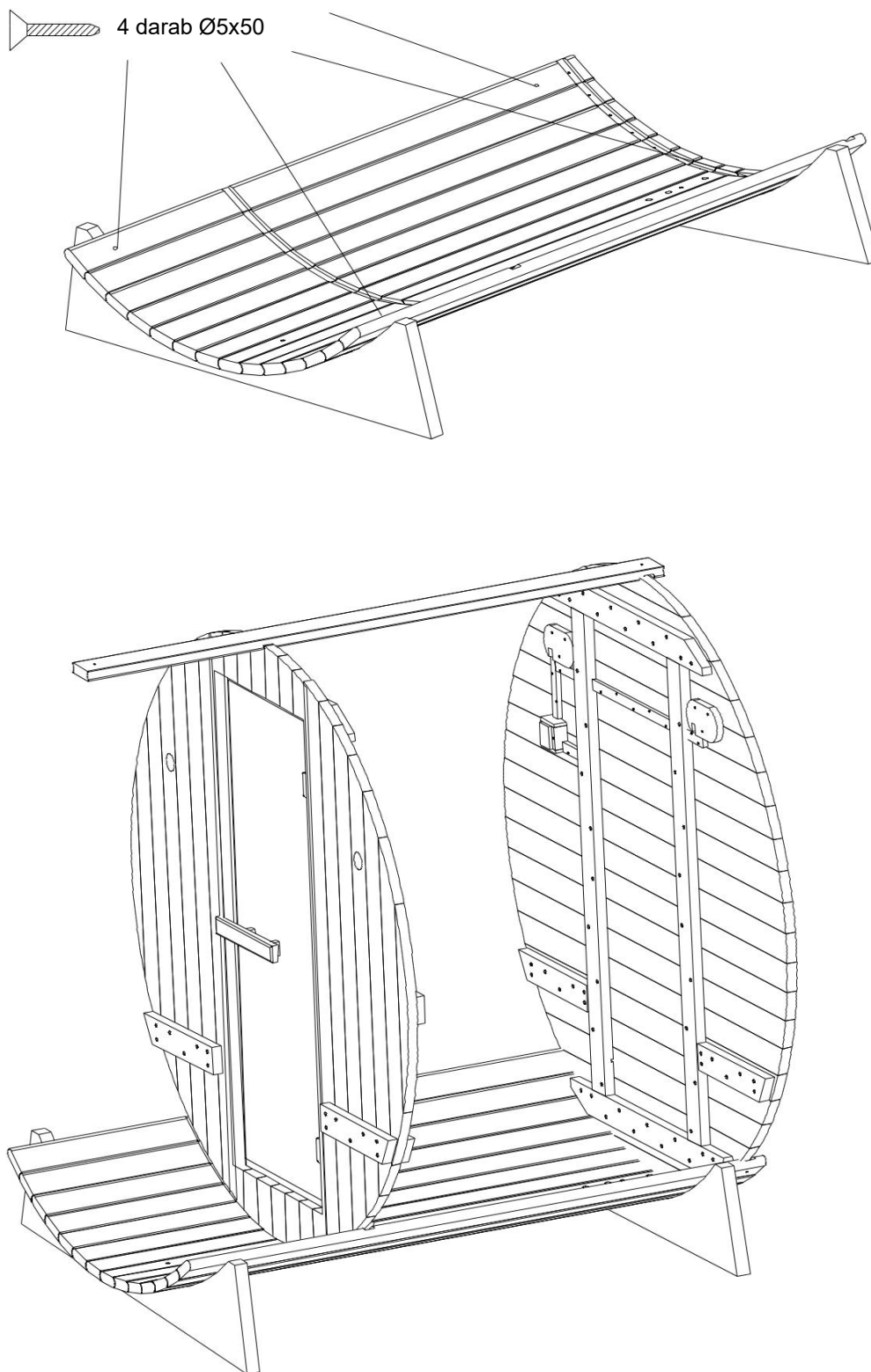
 2 darab Ø5x50



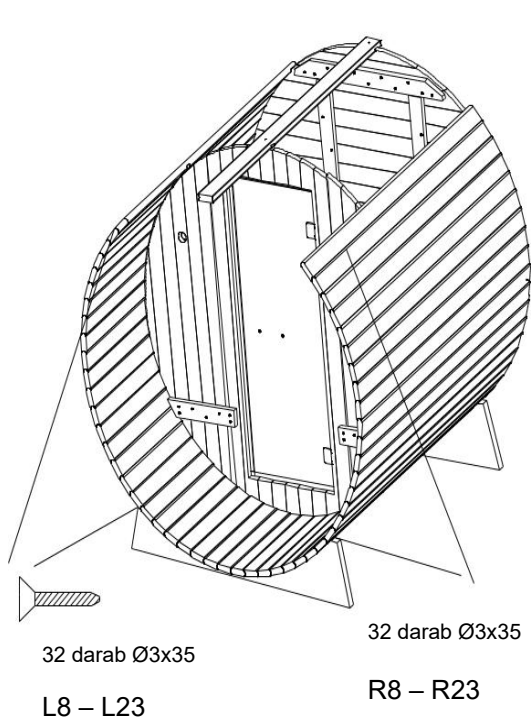
Minden dongát elláttunk egy számozott etikettel:

- bal oldalon: L01 - L38 letről felfelé
- jobb oldalon: R01 - R38 letről felfelé

# Az összeszerelés lépései

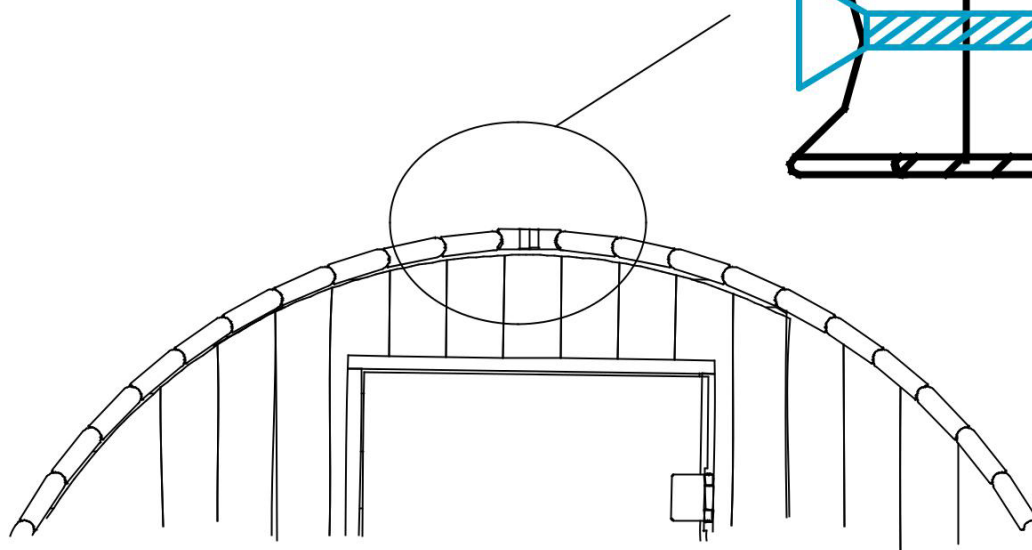
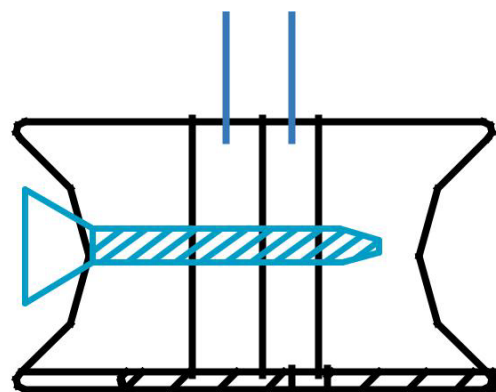


# Az összeszerelés lépései



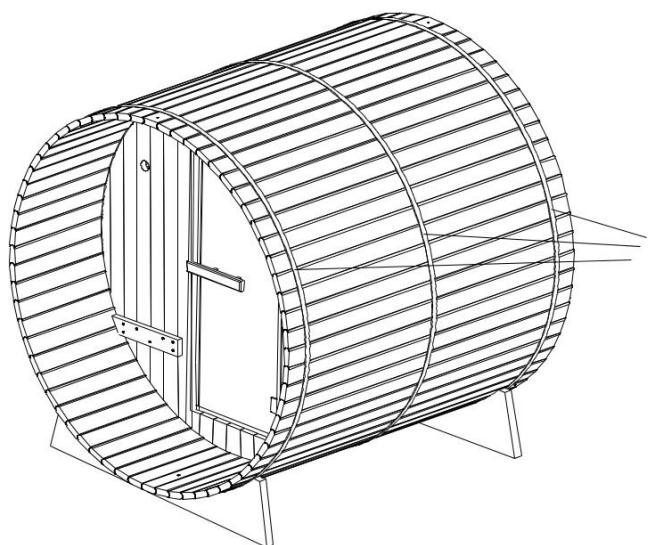
1. A dongákat szorosan egymás mellé csavarozza, hogy biztosítsa a szigetelést és a felső dongáknak is elegendő helye legyen.
2. Miután felcsavarozta az L8 - L23 és R8 - R23 dongákat, tegye helyükre a felső dongákat, hogy azok egy szabályos hengert formázzanak.

Ha szükséges, a csavarok meglazítása után középen egy vagy két vékony lécezt eltávolíthat.

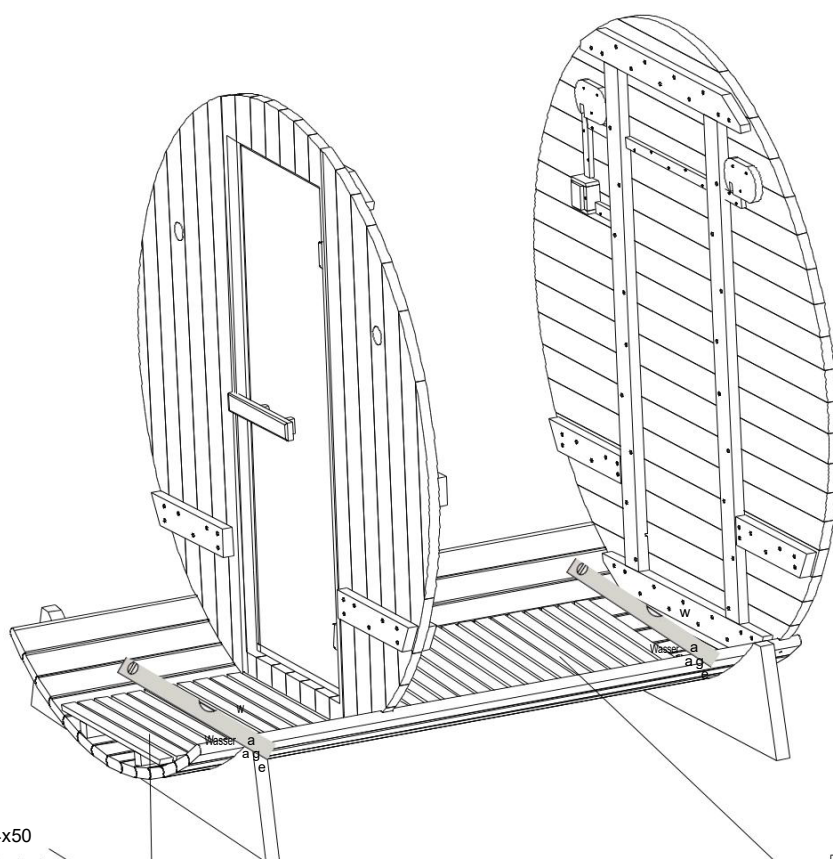




# Az összeszerelés lépései



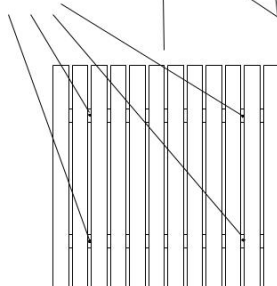
Rozsdamentes acél pántok



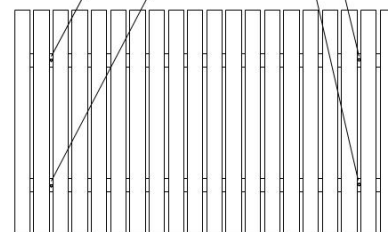
4 darab Ø4x50



4 darab Ø4x50

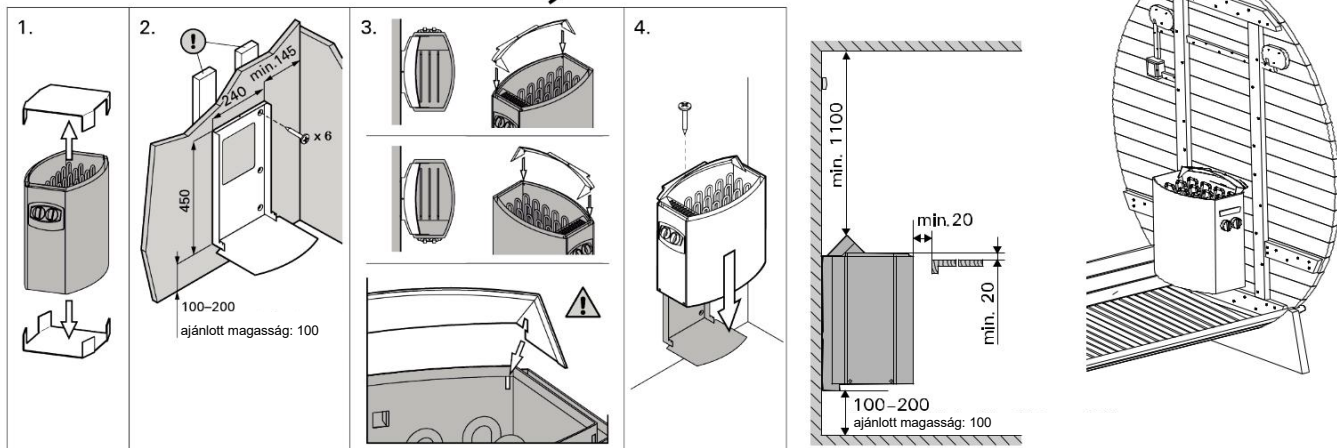
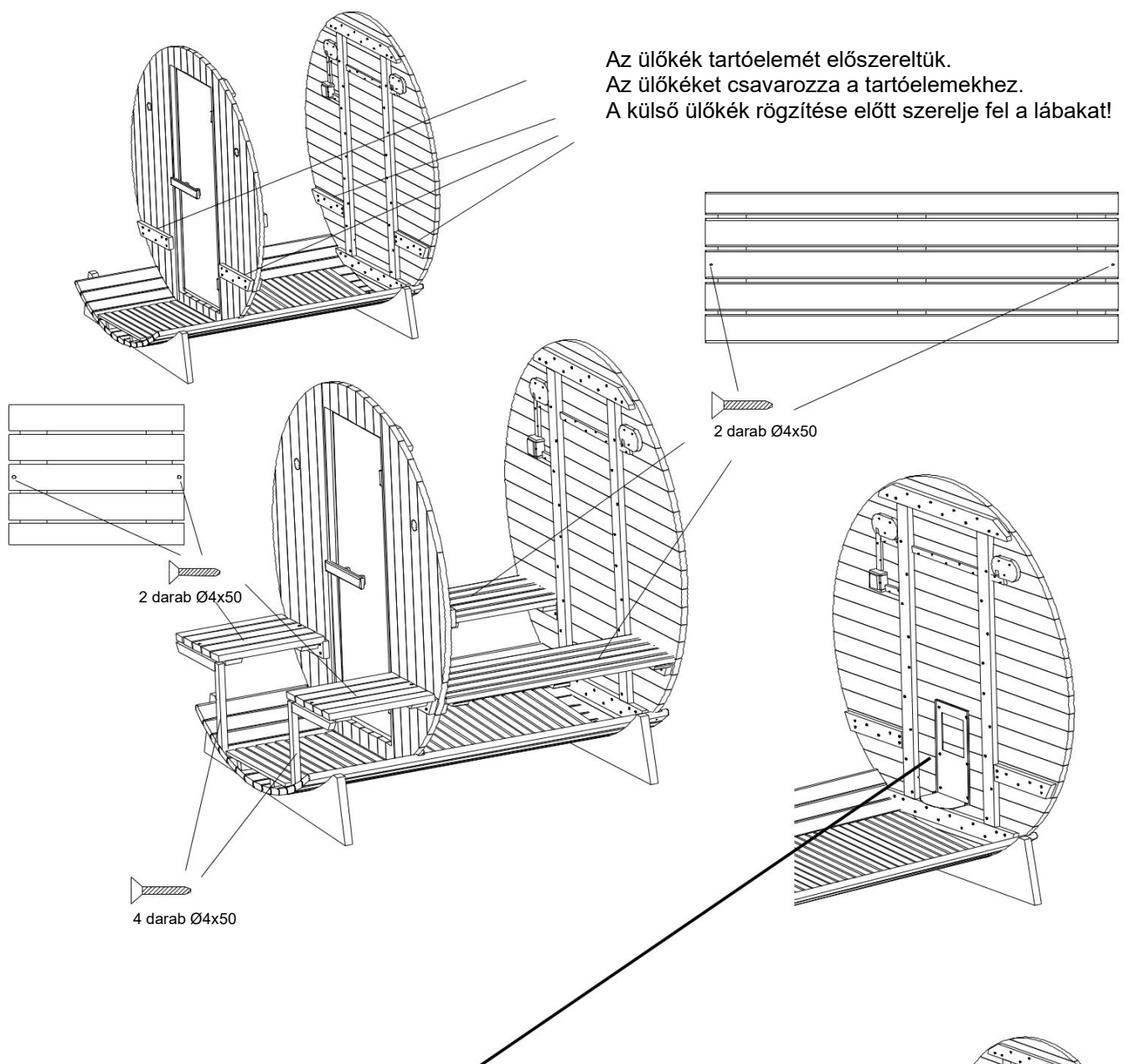


Padlólapok



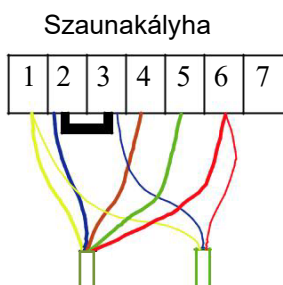
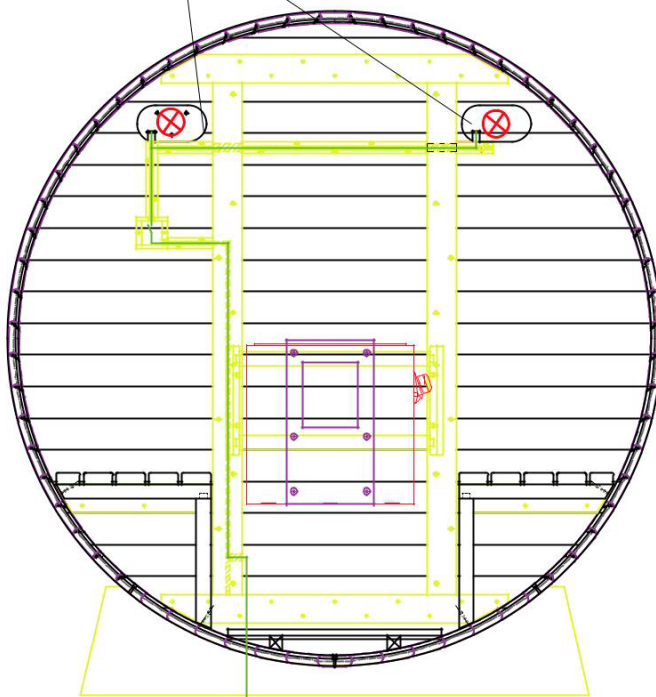
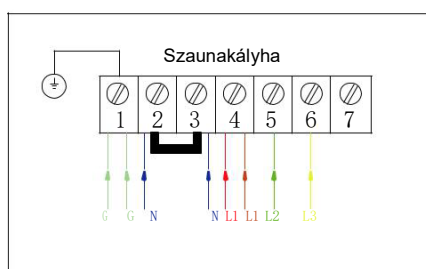
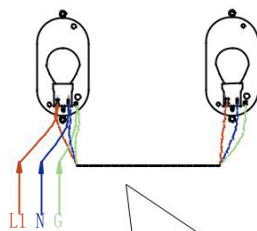
# Az összeszerelés lépései

Az ülékek tartóelemét előszereltük.  
Az ülékeket csavarozza a tartóelemekhez.  
A külső ülékek rögzítése előtt szerelje fel a lábakat!



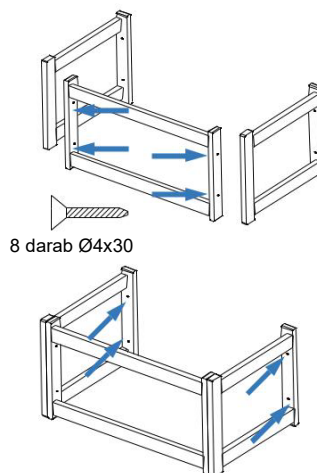
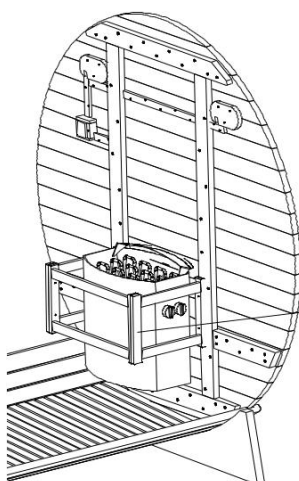
Szerelje fel a szaunakályha fali tartó elemét, majd akassza fel a szaunát.  
Kérjük, figyelmesen olvassa el a szaunakályha útmutatóját!

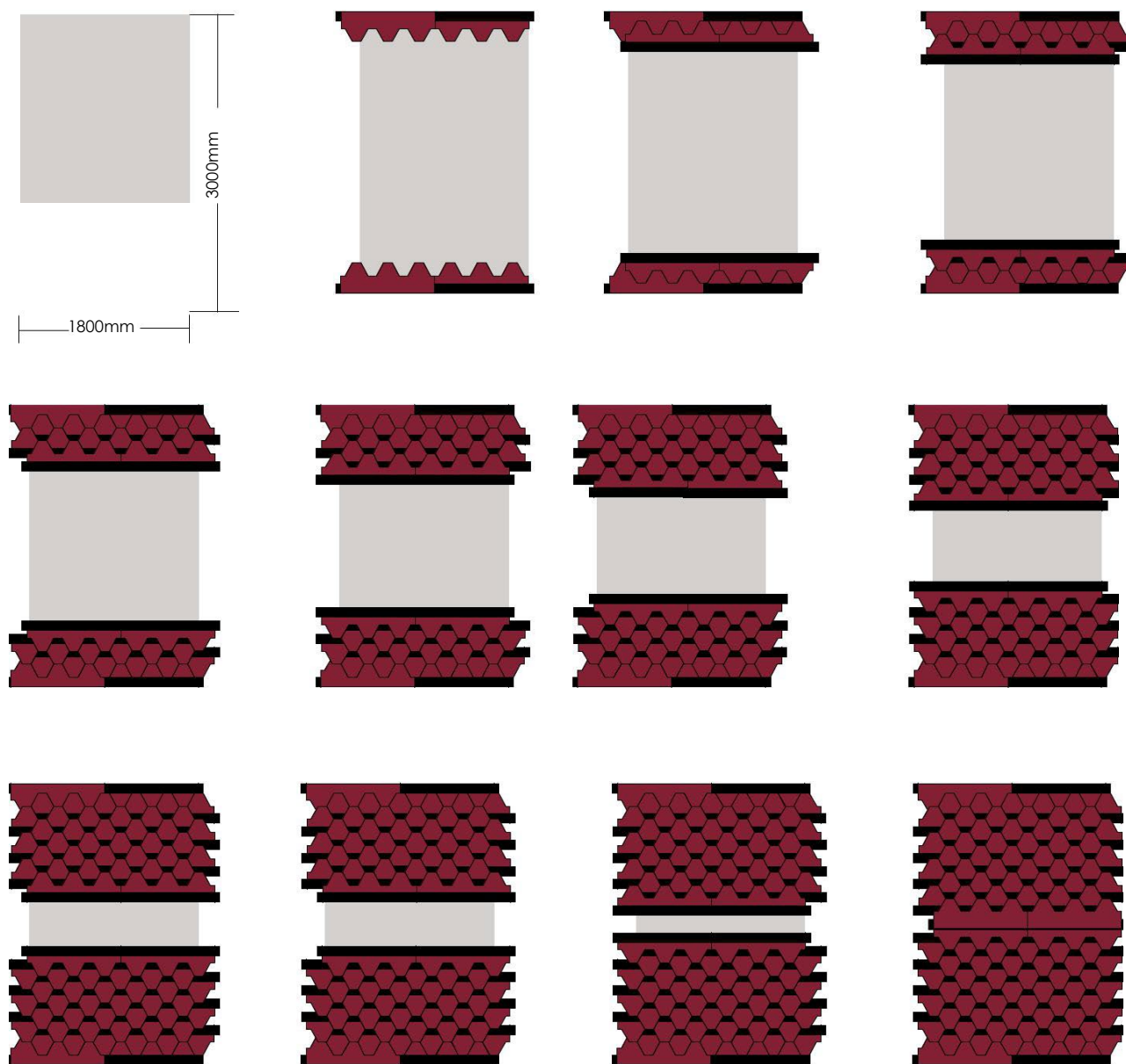
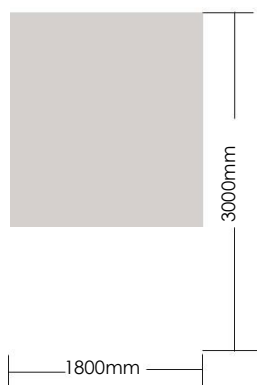
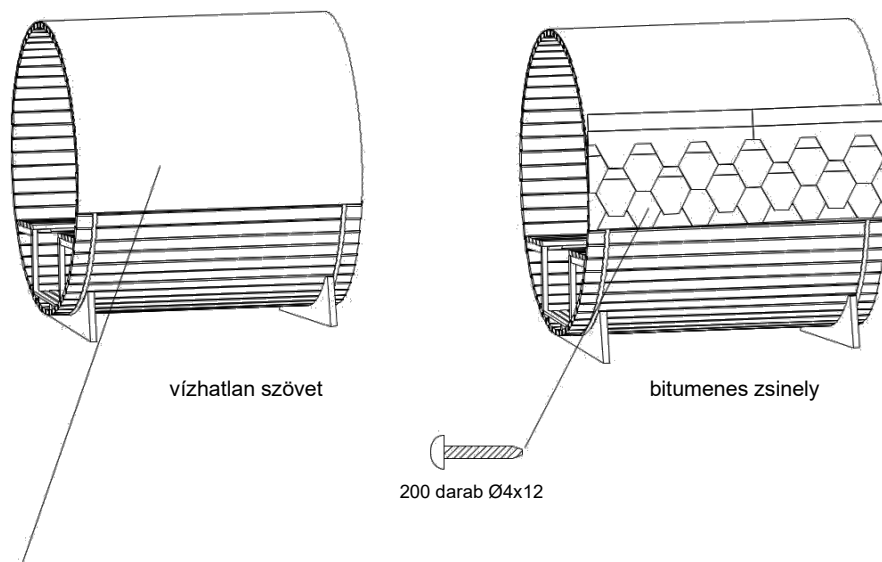
A világítás a szaunakályhán keresztül kap áramot.



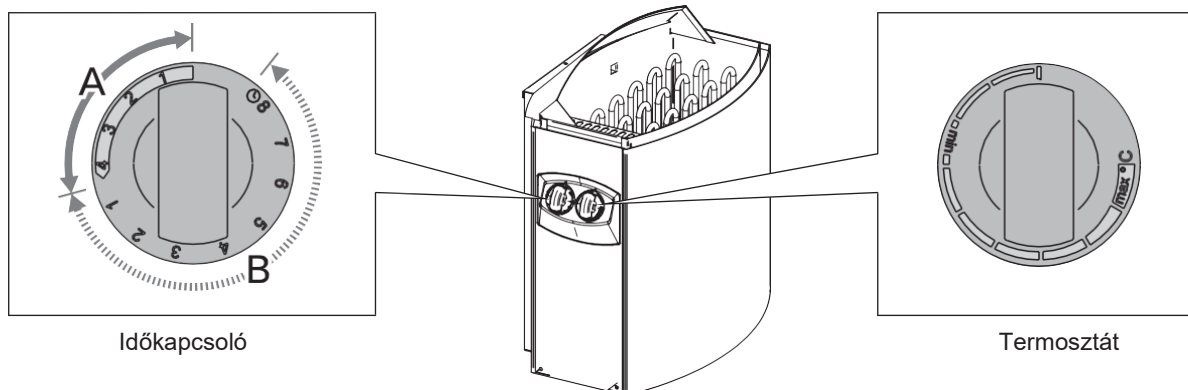
Vezeték (5\*2,5mm<sup>2</sup>)

Világítás kábele (3\*0,75mm<sup>2</sup>)

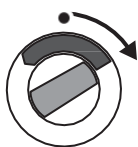




# A szaunakályha működése



## 1. Azonnali fűtés



Ha az időkapcsolót a fenti ábrán A-val jelzett szakaszon belül forgatja el, a kályha azonnal fűteni kezd.

(A fűtés időtartama: 0-4 óra)

## 2. Előprogramozás



Ha az időkapcsolót a fenti ábrán B-vel jelzett szakaszon belül forgatja el, beállíthatja, hogy a kályha hány óra múlva kezdjen el fűteni. A felfűtés akkor kezdődik, ha a kapcsoló alapállásba kerül.

Időtartam: 0-8 óra

A fűtés ezt követően 4 órán át működik.

További információt a szaunakályha útmutatójában talál.

## Hibaelhárítás

### FONTOS!

Minden beavatkozás előtt áramtalanítsa a szaunát!

Az elektromos részek javítását vagy cseréjét bízza szakemberre!

| Hibajelenség                | A hiba lehetséges oka                                  | Hibaelhárítás   |
|-----------------------------|--|---|
| A szaunakályha nem fűt fel. | Nem csatlakoztatta a tápkábelt.                        | Ellenőrizze a csatlakozást.   |
|                             | Nem biztosított az áramellátás.                        | Ellenőrizze, hogy a kapcsolótábla vagy a csatlakozóaljzat nem hibásodott-e meg. |
|                             | Bekapcsolt a szaunakályha túlmelegedés elleni védelem. | Olvassa el a szaunakályha útmutatóját!  |
| Nem működik a világítás.    | Nem csatlakoztatta a világítás kábelét.                | Ellenőrizze a csatlakozást.   |
|                             | Kiégett az izzó.                                       | Cserélje ki az izzót.   |

## Tisztítás, karbantartás

A szaunahordó külsejét az összeszerelést követően egy kefével tisztítsa meg.

A külső felületet 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.

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 finn 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

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

## Néhány jótanács

Ha a szauna használata előtt meleg vagy forró zuhanyt vesz, még intenzívebbé teheti a verítékezést. Tusolás után alaposan törölközzön meg. Egyrészt a száraz bőr jobban verítékezik, 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 vizes zuhanyzással.

## 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.