

Generel installation og brugermanual til Infrarød sauna

Model: HY-W1,W2,W3



Kære kunde.

Tillykke med jeres nye sauna.

Vi håber I får glæde af jeres nye sauna og de mange fordele som den bidrager med, i mange år fremover.

I denne manual finder I information om både installation og betjening. Er der yderligere spørgsmål er I velkommen til at kontakte os.

Vær venlig at læse manualen grundigt, inden anvendelse.

Denne vejledning er en generel vejledning for HY-serien, som fås i 1, 2 og 3 personers model.

Med venlig hilsen

Wellmore A/S

Mail: Post@Wellmore.dk

Tlf: 75551700

Indholdsfortegnelse

Betingelser for brug	3
Generelle tekniske egenskaber	3
Pakkeliste.....	3
Installationskrav.....	4
Installation og samling.....	4
Betjening af display og sauna	9
Få fuld udnyttelse af din Sauna	10
Instruktioner til brug:.....	10
Tips til brug:	10
Sikkerhedsinstruktioner	11

Betingelser for brug

1. Rumtemperaturen fra +5-+40grader (+41-+104 Fahrenheit)
2. Luftfugtighed < 85%.
3. Lufttrykket mellem 700-1060 hPa
4. Strømforsyning: AC 240V Frekvens: 60Hz – 50Hz

Generelle tekniske egenskaber

1. Temperaturen variabel fra 20-70 grader.
2. Indstillelig timer funktion fra 0-90 minutter.
3. Digital temperatur sensor
4. Touch panel
5. Langtidsvirkende infrarøde paneler

Pakkelliste

Når du pakker saunaen ud, skal der være følgende dele til samling af din infrarøde sauna.

1. Front Panel
2. Bag Panel
3. Side Panel (V)
4. Side Panel (H)



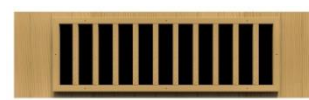
5. Bund Panel



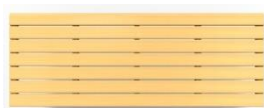
6. Top Panel



7. Carbon panel bænke



8. Bænk panel



9. Lys



Installationskrav

1. Saunaen skal installeres på et helt plan gulv/ fliser
2. Saunaen må ikke rammes af vand fra eksempelvis en bruser
3. Saunaen skal placeres indendørs i tørre omgivelser. Den kan **ikke** holde til at stå udendørs. Se *betingelser for brug*

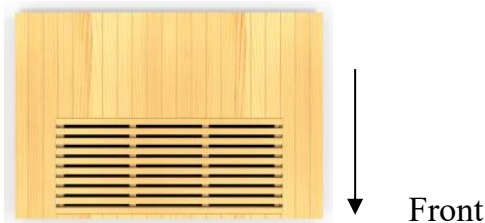
Installation og samling

Installation og samling kræver mindst to voksne mennesker. Læs venligst følgende vejledning igennem inden samlingen påbegyndes.

Når du har fundet pladsen til din sauna, sørg da for:

- a. Placeringen af sauna skal ske på et tørt og stabilt sted
- b. Strømkablet skal være let tilgængeligt

Placering af bundpanel:



Lig bundpanelet på gulvet det ønskede sted ved samling. Skal saunaen stå i et hjørne anbefales det, at trække den lidt ud fra væggen så du kan komme rundt om saunaen.

Bemærk: Mærkningen af front viser hvor døren/ indgangen kommer til at være.

Samling af front og bundpanel:



Installer frontpanelet til bundpanelet, ved at lade listen fra siderne hvile ned på bundpanelet. Siderne og fronten står altså udenfor bunden. Bemærk: Frontpanelet skal holdes manuelt, til det er fæstnet med et sidepanel. (Døråbning skal være til højre når du står foran saunaen)

Samling af sidepanel med frontpanel:

Saml frontpanelet med sidepanelet, ved at benytte de indvendige hasper. Bemærk: vær påpasselig med glassdøren, så denne ikke får skader. Brug det medfølgende metalbeslag, til at hæfte side og frontpanelet sammen - disse monteres ovenpå (her er forboret)



Indvendige
hasper

Metal beslag



Samling af bagpanel til sidepaneler

Saml bagpanelet fra saunaen, med sidepanelerne ved at sætte den tæt op ad og benyt de udvendige beslag til samlingen for at klikke dem sammen, som billedet nedenfor viser.



Samling af toppanel til resten af saunaen



Løft langsomt taget / toppanelet hen over saunaen, og sænk det langsomt ned så det hviler på panelerne.

Bemærk: Sørg for at kablerne ikke bliver klemt imellem toppen og siderne.

Kablerne fra panelerne skal op igennem de små huller i loftet.

Fastgør toppanelet ved hjælp af 4 skruer, for at sørge for at sikre en stabil kabine.

Installer det vertikale bænkepanel

Glid bænkepanelet stille og roligt ned via de vertikale lister som sidder monteret på saunaens sider. Den sorte side af panelet skal pege ud i kabinen, som på billedet. Drej det først ind mod t
naen, mod venstre og herefter til højre imellem de to lister.



Samling af kabel bag ved bænkepanelet

Her sidder et lille stik der samler carbon-panelerne. Samles som på billedet nedenfor.



Installation af bænk

Installer bænken ved at glide den hen over sliskerne. De to små klodser, skal være bunden og vende ud mod fronten.

1. Skub bænken så langt ind mod bagvæggen som muligt, til det er på plads
2. Grundet pladsmangel, skal du være forsigtig når denne skal på plads. Det kan kræve lidt tid, at finde den rigtige vinkel for at få det helt ind på plads

Tilslut kabler til styringen på toppen

Saml alle kablerne fra paneler til styringen.



Tilslut control-panel kablerne



Tjek at alle kabler sidder rigtigt.

Placering af toplade-coveret til toppanelet

Placer toplade-coveret oven på toppanelet. Fastgør det med de 8 medfølgende skruer.



Montering af dørhåndtag



Placer den udvendige del af håndtaget først. Sørg for at der er gummipakning imellem skrue og glas.

Skru den indvendige del af håndtaget på den udvendige del efterfølgende, som på billedet ovenover.

Montering af Ionizer

Tilslut strøm stikket som kommer fra styreboksen

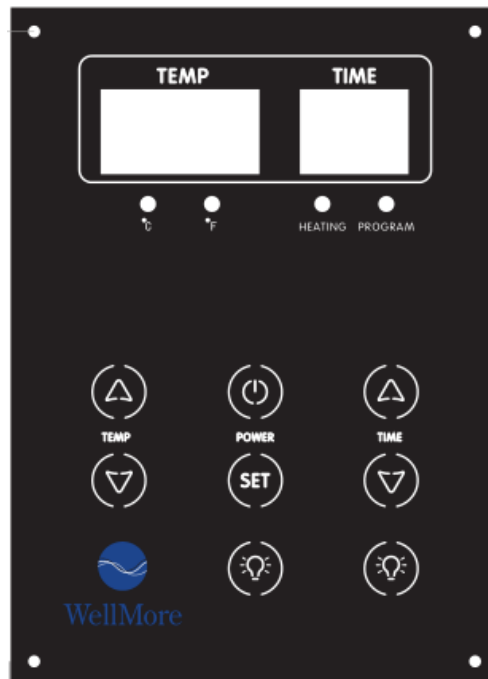
2. Hæng den op på panelet med skruer, hvor du ønsker den.



Tilslut strømkablet til din stikkontakt. Du er nu klar til at tænde op i saunaen.

Se næste side.

Betjening af display og sauna



1. Tænd/sluk for saunaen via knappen: **Power**
2. Opvarmning: Tryk på **power** knappen igen, og 'varmelyset' vil tænde. Det betyder at panelerne starter opvarmning.
Temperaturen kan reguleres via knapperne op og ned under **temp**.
3. Lys: Tryk på lampen nederst i højre hjørne, og lyset vil tænde.
4. Pre-indstilling: Vha. **set** knappen kan du forudindstille saunaen til at starte på et given tidspunkt. Pre-indstil starttidspunktet ved at bruge op-ned pilene. Dette fungerer som et stopur, der tæller ned til starttidspunkt. Temperatur pilene bestemmer antal timer, og **time** pilene er for minutter.
5. Forbind din telefon via Bluetooth for musik: Tænd for saunaen, og den vil automatisk være tilgængelig. Find enheden via din telefon – enheden hedder HY. Tryk på den, og du er nu forbundet
6. Indstil tiden: Du kan indstille tiden til imellem 0-90 minutter. Tryk på pilene under **time** for at justere enten op eller ned i tid. 1 tryk = 1 minut.
7. Indstil temperatur: Du kan indstille den ønskede temperatur ved at benytte pilene under **temp** for den ønskede temperatur. 1 tryk = 1 grad
8. Skiftet mellem celsius / fahrenheit: Tryk på pil op og ned ved temperatur på samme tid og displayet vil skifte imellem C / F

Få fuld udnyttelse af din Sauna

Instruktioner til brug:

Husk altid at læse alle sikkerhedsinstruktioner. Hvis du er i tvivl om du må anvende en sauna, spørg din læge. Hvis du føler nogen form for ubehag eller hovedpine under anvendelse, stop øjeblikkeligt.

1. Sæt temperaturen til et komfortabelt niveau, typisk ligger det på 40-50°C.
2. Tillad saunaen at have 10-15 minutters opvarmning før anvendelse.
3. Sved vil komme i løbet af 6-15 minutter. Vi anbefaler at en session ikke overskrider 30 minutter.
4. Når den ønskede temperatur er opnået, vil varmen slå fra og til automatisk for at opretholde den indstillede temperatur.
5. Døren eller loftventilatoren kan åbnes, såfremt der ønskes frisk luft ind i kabinen.
6. De infrarøde strålers unikke evne til at penetrere din krop med varme, uden at gøre luften tilsvarende varm, tillader dig at modtage alle de fantastiske fordele, selv mens døren eller loftsventilationen er åben.
7. Husk at drikke vand før, under og efter anvendelse af saunaen, for at undgå dehydrering og svimmelhed.
8. Et varmt bad før anvendelse af saunaen fremmer produktionen af sved, ligesom et bad efter sauna brug er opkvikkende og rensende.
Husk dog at tørre dig af inden du går ind i kabinen.
9. For at undgå at sved trænger ind i saunaen, anbefales den at sidde på et håndklæde og placer også gerne et håndklæde til dine fødder. Det anbefales også at have et ekstra håndklæde til at tørre overflødig sved af kroppen.

Tips til brug:

1. For at regulere temperaturen inde i saunaen under anvendelse, anbefales det at åbne døren eller loftsventilationen på klem.
2. Hvis det ikke er nok, anbefales det at åbne døren helt, indtil luften igen er behagelig temperatur.
3. Sørg for at drikke rigeligt med vand før under og efter brug af sauna.
4. Sørg for at tørre sved af kroppen under sessionen, dette hjælper kroppen med at svede mere frit og dermed udskille affaldsstofferne.
5. For at lindre ømme og spændte muskler, kan du med fordel massere dem blidt, under opholdet i saunaen. Vip også gerne med ankler og fodled.
6. Hvis du barberer hår af hoved/ben/skæg eller andet og går i sauna efterfølgende giver dette dig en fantastisk blød og dejlig fornemmelse.
7. At gå i sauna hvis du har ømme muskler eller smerter i led hjælper på healings processen.
8. Pas på med at spise for meget inden anvendelse af saunaen, vi anbefaler at du intet

spiser i den sidste time op til anvendelsen. Man har nemmere ved at blive utilpas hvis man lige har spist inden.

9. For at få størst udbytte af dit saunabesøg, kan de anbefales at du masserer dine muskler under opholdet. Gerne både arme, ben, nakke og fødder.
10. Det kan anbefales at gå i sauna lige før du skal sove, da dette giver en optimal regenereringsfase og en følelse af total afslappelse. Hjælper dig med at sove hurtigere og bedre.
11. Hvis du føler forkølelses- eller influenza symptomer kan det hjælpe at gå hyppigere i sauna, for at booste immunforsvaret og stoppe udviklingen af vira.
12. Når din session er færdig, gå aldrig direkte ud i badet. Sid gerne nogle minutter med åben dør, for at blive kølet lidt ned.

Advarsler

Denne kabine kan ikke umiddelbart anbefales til brug for udviklingshæmmede børn/voksne som lider af nedsatte færdigheder. Dette kan dog afhjælpes hvis de bliver givet den fornødne erfaring og indlæring omkring produktet af professionelle.

1. Husk altid at læs instruktioner og vejledning grundigt.
2. Når kabinens elektricitet skal installeres, skal der altid anvendes standard beskyttelse og forbygning for at undgå skader/tilskadekomster.
3. Brug aldrig saunaen efter ekstreme kropslige udførelser, vent minimum 30 minutter så kroppen kan nå at geare ned og køle af.

Sikkerhedsinstruktioner

- a) For at undgå brand, tør aldrig tøj/håndklæder eller lignende i saunaen.
- b) For at undgå stød/ild anvend aldrig metal objekter/værktøj på saunaens varme element når den er i gang. Derudover må lyspæren aldrig skiftes når den er tændt, husk altid at slukke saunaen og vent til pæren er afkølet.
- c) Sprøjt aldrig vand på varmeelementerne. Dette kan medføre stød og beskadigelse af varme-elementet.
- d) Brug ikke saunaen hvis du har et af følgende symptomer:
 1. Åbne sår
 2. Øjen sygdomme
 3. Solskoldninger
 4. Ældre/svage mennesker med nedsat immunforsvar
 5. Gravide og børn. Børn over 6 år kan dog benytte saunaen under opsyn af en voksen. Husk børn ikke har den samme evne til at svede som voksne, så afkort varigheden af deres behandlinger. Sørg for de får rigeligt at drikke.
 6. Hvis du lider af en sygdom som er temperatur-relateret; søg lægen forud for brug
 7. Personer med hjerte kar problemer, nedsat hjertefunktion, for højt eller lavt blodtryk, diabetes eller kredsløbssygdomme bør også konsultere lægen inden

brug

8. Personer der tager dagligt medicin, bør også søge doktor for at høre om eventuelle bivirkninger/skader. Medicin og saunabrug kan medføre dødsghed, skade hjertet, ændre bloktrykket eller give kredsløbs problemer.
9. Tag aldrig kæledyr med i sauna

Brug ikke saunaen hvis du har drukket alkohol eller indtaget andre rusmidler, da dette kan medføre bevidstløshed.