

# Installations- og brugermanual til Infrarød sauna

Model: 9101-4C +

Denali, Halti, Elbrus, Matterhorn,



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 9101C og 9102C serien, som fås i 1,2,3 og 4 personers model.

Med venlig hilsen

Wellmore A/S

Mail: [Post@Wellmore.dk](mailto: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
Vejledning om brug af ionizer i MaXXwell infrarød kabine .....	<b>Fejl! Bogmærke er ikke defineret.</b>

## 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

## Pakkeliste

1. Front panel
2. Bag panel
3. Side panel (left / venstre)
4. Side panel (right / højre)
5. Top panel
6. Bænk panel
7. Skruer

For installation af clips på toppen af fronten samt sidepaneler og top pladen



For installation af bænk



## 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

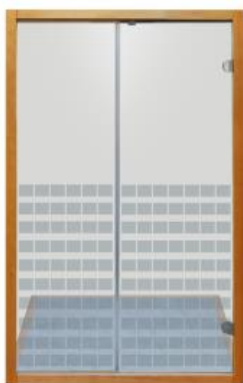
### Placering af bundpanel:



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: Udgangen af stikket i bunden = bagenden af saunaen.

### Samling af front og bundpanel:



Installer frontpanelet til bundpanel, ved at lade listen fra siderne hvile ned på bundpanelet. Bemærk: Frontpanelet skal holdes manuelt, til det er fæstnet med et sidepanel

### Samling af sidepanel med frontpanel:

Saml frontpanelet med sidepanelet, ved at benytte de indvendige hasper. Bemærk: vær påpasselig med glasdøren, så denne ikke får skader. Brug det medfølgende metalbeslag, til at hæfte side og frontpanelet sammen - disse monteres ovenpå (her er boret for) (Beslagene er skruet fast på toppen, men skal flyttes)



Indvendige hasper

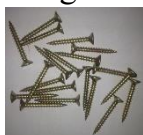


Metalbeslag og skruer



### Installation af bæk:

1. Installer bænken ved at glide den horisontalt hen over sliskerne.
2. Skub bænken helt ind til enden
3. Fastgør den med to skruer



### 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.



Udvendig haspe



## Installation og samling af kabel fra bundpanelet og bagpanelet ( meget vigtigt!! ) :

1. Træk stikkene ud fra bundpanelet og bagpanelet og tilslut dem forsigtigt til hinanden.
2. Efter tilslutning af stikkene, prop dem da tilbage i hullerne ved bagpanelet, og skru det lille stykke træ på for at skjule ledningerne. (husk skruer)



## Samling af toppanel til rester



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

Bemærk: Sørg for at kablerne ikke bliver klemte 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.

## Tilslut kabler til styringen på toppen:

1. Saml alle kablerne fra paneler til styringen



2. Tilslut control-panel kablerne



3. Tjek at alle kabler sidder rigtigt og sikkert



## Placering af toplade-coveret til toppanelet:

Placer toplade-coveret oven på toppanelet. Fastgør det med de medfølgende skruer. (6 stk)



## Installation af dørhåndtag:

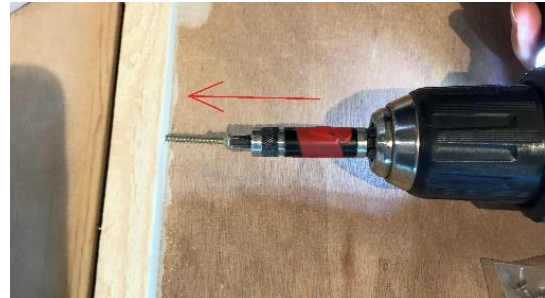


## Montering af Ionizer:

1. Tilslut strøm stikket som kommer fra styreboksen
2. Hæng den op på panelet med skruer, hvor du ønsker den.



Slutteligt: Skru toppen fast til siden – vandret ind. 'Taget' kan rejse sig, grundet vekslende luftfugtighed. Dermed holdes det på plads



Tilslut strømkablet til din stikkontakt. Du er nu klar til at tænde op i saunaen.  
Se næste side for vejledning.



## Betjening af display og sauna



1. Tænd/sluk for saunaen via knappen: **Power** (Ved sluk holdes knappen inde et par sekunder)
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: Hold pil op og ned nede 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/tilskadecomster.
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 døsigthed, skade hjertet, ændre blodtrykket eller give kredsløbs problemer.
  9. Tag aldrig kæledyr med i sauna
  10. Brug ikke saunaen hvis du har drukket alkohol eller indtaget andre rusmidler, da dette kan medføre bevidstløshed.



## Vejledning om brug af ionizer i MaXXwell infrarød kabine

Ved brug af din infrarøde kabine kan du med fordel anvende ionizeren, til at rense luften og dræbe bakterier.

Sådan anvender du ionizeren:

1. Når du starter opvarmningen af din infrarøde sauna, så start samtidig ionizeren ved at trykke på O3.
2. Tjek at den røde lampe begynder at lyse
3. Efter 15 minutter skifter ionizeren automatisk til ion-rensning, og den grønne lampe lyser.
4. Lad ionizeren køre på ion-rensning i cirka 5 minutter inden du tager saunaen i brug
5. Sluk for ionizeren ved at trykke på ion-knappen så den grønne lampe slukker
6. Nyd den infrarøde varmebehandling i kabines friske og rene luft.

### Dybdegående beskrivelse af ionizeren

Ionizerens opgave er at rense luften og dræbe bakterier og andre forurenende partikler i din infrarøde kabine. Det er en slags luftfrisker, som giver kabinen et bedre indeklima før og efter brug.

Ionizeren har to indstillinger hhv. 1) O3 og 2) ion. Den er forprogrammeret til at køre 15 minutter på O3 for så at skifte til ion indtil du slukker for den. Derfor tænder du for ionizeren ved at trykke på O3, så den kører sin tiltænkte procedure.

Ad. 1:

O3 er det samme som ozon, som også kaldes aktivt ilt. Ozon findes naturligt i det øvre lag af vores atmosfære, og vi kender det også fra den karakteristiske duft efter et tordenvejr. Når maskinen udsender ozon, er det for at nedbryde de forurenende partikler, som har sat sig i luften efter brug af sauna og dermed skabe en mere ren luft. Ozon henfalder til almindelig ilt.

Ad. 2:

Ion-funktionen udsender et skud ozon hvert 5. sekund for at påvirke den elektriske ladning i kabinen. Når dette sker, så spaltes partiklerne i luften og falder dermed til jorden, fordi de har brug for jævn elektrisk ladning for at holde sig svævende. Det er vigtigt at du jævnligt aftørre alle arealer i kabinen med en fugtig klud, så du får alle partikler fjernet fra jorden. Ellers vil de hobe sig op på overfladerne og hvirvle rundt i kabinen som støv, når du fx åbner døren og skaber bevægelse i rummet.

Ionizeren holder sig altid under Sundhedsstyrelsens grænseværdier for maksimale koncentration af ozon i luften. Vi anbefaler, at du tænder din sauna samtidig med at du tænder din ionizer, fordi varmen i kabinen vil være med til at skabe cirkulation, så luften bevæger sig rundt og dermed fordeler ozonen jævnt i kabinen og får alle områder berørt. Hvis du undlader at tænde varmen i saunaen, så vil ozonen lægge sig som en sky øverst i kabinen, hvor den ikke har megen effekt, og samtidig skaber en forøget koncentration af ozon, som kan være ubehagelig at indånde.

Husk at rengøre din sauna jævnligt ved at bruge en let opvredet klud med vand og evt. sæbespåner. Brug aldrig kemikalier inde i kabinen.