



BSVillage
PISCINE - WELLNESS - OUTDOOR

MANUALE di MONTAGGIO
Sauna ad Infrarossi
KAISA



www.bsvillage.com

Thank you for choosing our infrared sauna and congratulations on your purchase. We are confident that your whole family will enjoy everything this product has to offer and that you will enjoy using it for years to come. Read this manual carefully and in detail before using the sauna for the first time. We recommend that you retain this manual for regular review and future reference.

The images shown in the instructions may not correspond exactly to the delivered version; these serve mainly for a better understanding of the text of the instructions.

The manufacturer and supplier reserve the right to make changes to the product without the need to update this installation and use manual.

SAFETY INSTRUCTIONS

1. Before using the sauna, carefully read and follow all instructions in this manual is.
2. You should always observe basic safety precautions when installing and using this electrical equipment. To power this appliance, use a power circuit socket that is installed according to valid technical standards and that is protected by a circuit breaker with an appropriate current value and characteristic. We recommend that the power supply be equipped with a circuit breaker with a tripping current not exceeding 30 mA, especially when installing in bathrooms or other wet areas.
3. Do not use your sauna in the immediate vicinity of water, for example near a bathtub or on wet foundation or near a swimming pool, etc.
4. The power cord should be routed to reduce the likelihood of being stepped on or pinched by items placed on or against the cord. Ensure proper protection of the power cord, do not lay it flat on the floor as this is very dangerous. When you are not using the device, unplug the power cord and coil it up. Disconnect the power cord from the outlet by pulling on the plug, not the cord. This could damage the cable or socket.
5. Inspect the sauna for signs of damage and check to make sure there are no flammable objects in the sauna, especially near the heater, before turning it on each time.
6. Warning: Do not touch the heaters while the sauna is in use; their temperature exceeds 70 °C and contact with their surface can cause burns. Do not cover the heaters, there is a risk of fire. When the sauna is in use, do not touch the outer part of the walls in the area of the heaters - they can be very hot, there is a risk of burns.
7. When parts need to be replaced, make sure that the replacement parts are specified by the manufacturer or have the same characteristics as the original parts. Use of unauthorized parts may result in fire, electric shock or other hazards. After the repair, ask the service technician to carry out safety checks to determine that the sauna is already in proper operating condition, after which you can use it again.
8. The device is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, unless their supervision and instruction is provided by a responsible person; by persons who are not familiar with operation within the scope of this manual; by persons under the influence of drugs, narcotics, etc., which reduce the ability to react quickly.
9. Do not use the sauna immediately after strenuous exercise. Wait at least 30 minutes to allow your body to cool down.

10. Danger of overheating. Normal body temperature should not rise above 39°C (103°F). Symptoms of excessive overheating of the body include dizziness, lethargy, drowsiness and fainting. The consequences of excessive overheating of the body can include the inability to perceive heat, the physical inability to leave the sauna, failure to recognize imminent danger, loss of consciousness and fetal damage in pregnant women. Overheating causes your body's internal temperature to rise, so high temperature settings for sauna use are not recommended.
11. Use of alcohol, drugs or certain medications before or during the sauna may lead to loss of consciousness.
12. Never sleep inside the sauna while the sauna is in working mode.
13. Do not use steam cleaners, high-pressure cleaners or water sprayers to clean the sauna. Use only preparations that are directly intended for this purpose.
14. Do not place any objects on the upper or inner walls of the sauna. Do not bring pets or metal objects into the sauna. The sauna is not intended for drying laundry.
15. If the supply cable is damaged, you must arrange for the immediate replacement of this cable through the manufacturer or its representative or a similarly qualified person. If you find that the power cord is too hot, it may indicate that there is a problem with the electrical equipment, in which case have it checked by the manufacturer or its representative to avoid danger.
16. Do not use the sauna during an electrical storm to avoid the risk of injury electric current.
17. Do not turn the power and heating system on or off repeatedly, as this could cause to damage electrical equipment.
18. Dry your hands before inserting or removing the plug from the power circuit. Never touch the cable with wet hands or wet bare feet to avoid the risk of electric shock. Do not touch the metal terminals of the outlet or the plug of the power cord with your fingers.
19. Do not use the sauna if the supply cable is damaged, if it is not working properly or if it is damaged. Do not attempt any repair yourself; If you have any problem, please contact your sales representative or manufacturer, otherwise it may violate the safety policy. Unauthorized repair attempts will void the manufacturer's warranty.
20. Make sure that the socket for connecting to the electrical supply network has sufficient parameters for the operation of the sauna; if the input is weak, the outlet could overheat and possibly cause a fire.
21. In some sauna models with roof lights, the temperature of the light is very high as soon as you turn on the sauna and turn on the light. Do not touch the light, it could burn your skin. Also, do not touch this light for 20 minutes after heating is finished.
22. Do not pour water or other liquids on heating units or other electrical appliances. devices or hit them with any hard object, as this could cause a short circuit, which could cause a fire or a power outage.
23. This product contains an energy class (G) light source.

WHEN TO AVOID USING THE SAUNA

1. It is recommended that the sauna is not used within 24 hours after exposure to UV radiation from artificial sources or sunbathing.
2. Prescription drugs: always consult your doctor or pharmacologist regarding possible interactions with the effects of your medications. Some medications, such as diuretics, antihistamines, beta-blockers, and barbiturates, can negatively affect the body's natural ability to regulate heat. Both prescription and over-the-counter medications fall into this category.

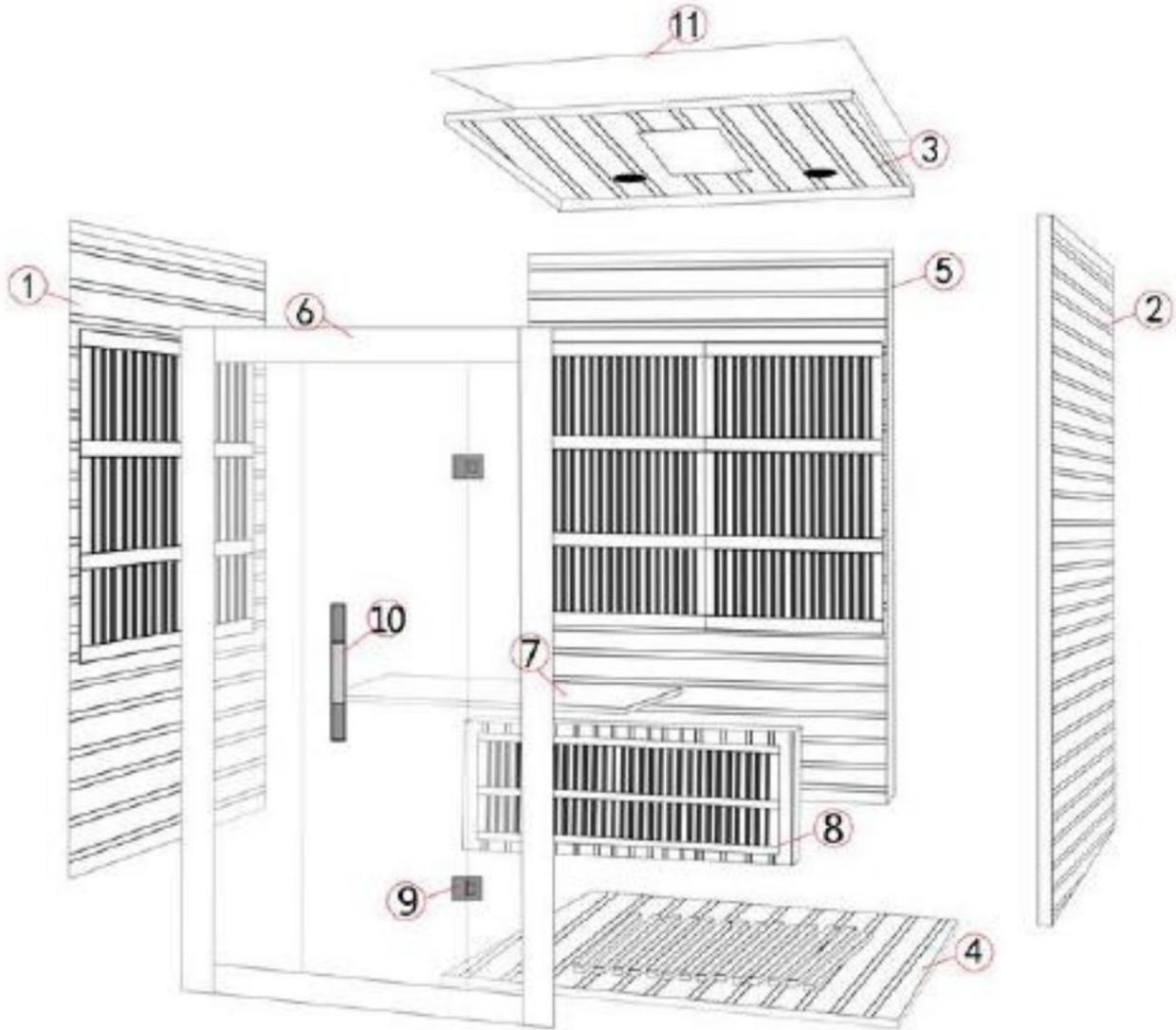
3. Heart disease: sauna therapy is unsuitable for patients with certain heart diseases including hypertension or hypotension, chronic heart failure or problems with coronary circulation. If you suffer from one of the above diseases, prolonged exposure to elevated temperatures can be dangerous, as its direct result is an increase in heart rate of about 10 beats (but in some cases up to 30) per minute for each degree of increased body temperature. This contraindication also applies to patients with blood pressure medication or a pacemaker - some saunas may contain magnets that can affect its operation.
4. Children and the elderly: children and the elderly are two age groups for which consultation with a doctor is recommended before sauna use. Although for both of these age groups it is generally safe and beneficial for them to use a sauna, the body temperature of children rises significantly faster than that of adults and their ability to thermoregulate with the help of sweating is not yet as developed as that of adults. Similarly, the ability to maintain optimal body temperature and the function of the sweat glands decrease with age, so caution should be exercised in both of these age groups and sauna therapy should be discussed with your doctor.
5. Joint problems: an acute joint injury should not be heated for the first 48 hours or until the redness and swelling subsides. In cases of chronic joint swelling, it is possible that they will not respond favorably to heat therapy.
6. Pregnancy: sauna use is not recommended during pregnancy (or suspected pregnancy). As the body temperature increases, the temperature of the amniotic fluid can also increase, which in extreme cases could lead to damage to the fetus and birth defects. It is also much easier for pregnant women to overheat the body leading to unconsciousness. The heart and blood vessels during pregnancy work at an increased capacity even under normal conditions in order to be able to nourish the developing fetus, and if the body overheats, the demands on the heart and blood vessels will increase even more. This results in reduced blood flow to internal organs including the heart, which can lead to loss of consciousness.
7. Certain diseases: raising the core temperature may be inappropriate for individuals with multiple sclerosis, systemic lupus erythematosus, diabetic neuropathy, Parkinson's disease, tumors of the central nervous system or adrenal insufficiency (such as Addison's disease). People suffering from hemophilia or bleeding conditions should also avoid using a sauna, as the heat causes blood vessels to dilate. People suffering from fever or sensitive to heat are also not recommended to use the sauna. However, any patient with any implant should consult their surgeon about sauna use. As with massages, the use of the sauna is not suitable for any infectious disease, under the influence of alcohol or drugs. And as with any similar activity, the following applies: If you experience discomfort, or even pain or deterioration of your health, stop using the sauna immediately.

If you have any health problems, always consult your doctor before using a sauna!

Caution: If redness of the skin persists after using the sauna for more than one day, do not use the sauna again and consult your doctor.

PRODUCT PRESENTATION

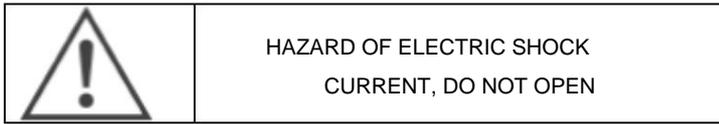
An infrared sauna consists of a wooden cabin, a control unit and sauna heaters. Wooden cabin includes BOTTOM PLATE, TOP PLATE, RIGHT PLATE, LEFT PLATE TOP, BACK TOP, FRONT GLASS TOP (2 DOOR WINGS), BENCH.



NO	TITLE	AMOUNT
1	LEFT PLATE	1
2	RIGHT PLATE	1
3	TOP PLATE	1
4	BOTTOM PLATE	1
5	BACK PLATE	1
6	FRONT PLATE (glass door leaf)	1
7	Bench seat	1
8	Bench side panel	1
9	Door hinge	2
10	Door handle	1
11	TOP PLATE Cover	1
	Screws	5
	Door seal	2

CONTROL BOX

The control box is the control center of the sauna. It is mounted on the TOP PLATE, during assembly it is only necessary to connect the appropriate cable ends.



ASSEMBLY INSTRUCTIONS Read the instruction manual carefully before assembly. 2 adults are required to assemble the sauna.

Note: Read all instructions carefully before proceeding with the installation of the sauna and remember that basic safety precautions should always be followed when using the sauna.

Before the actual installation, it is important to choose a suitable place for the sauna:

1. The location of the sauna is only possible in a temperate area with low air humidity. Avoid placing the sauna in damp areas with poor ventilation (air circulation). When the sauna is heated, moisture in the air condenses in humid areas, which can have a negative effect on the lifespan of the electronic components of the sauna during long-term use.
2. We recommend placing the sauna in a space with an air temperature of at least 15°C. The external ambient temperature directly affects the internal temperature of the sauna. If you place the sauna in a cold environment, the internal temperature in the sauna will not reach the specified maximum values.
3. The sauna must be level. It is necessary to ensure that the base under the sauna is solid and horizontal and sufficiently load-bearing for the weight of the sauna and the people taking the sauna. Uneven surfaces must be leveled.
4. The place for the sauna must be at a safe distance from the source of running water (bathtubs, showers, sinks, etc.).
5. A 230 V/50 Hz power supply socket must be installed near the sauna, i.e. within reach of its power cable, with sufficient current protection, corresponding to the sauna's current consumption (power input) - see the sauna's manufacturing label.
We recommend that the power supply be equipped with a circuit breaker with a tripping current not exceeding 30 mA, especially when installing in bathrooms or other wet areas.
6. The power supply cable must be easily accessible so that if necessary it is possible quickly disconnect the power cable from the power source.

TOOLS REQUIRED

Screwdriver, steps

ORDER OF ASSEMBLY

BOTTOM PLATE - BACK PLATE - RIGHT PLATE - LEFT PLATE - SIDE PLATE FOR BENCH - BENCH SEAT - TOP PLATE - FRONT PLATE - TOP COVER PLATES

Note:

1. They can occur on the wooden parts of the sauna, which are hidden from view minor damage caused during production (scratches, scratches, etc.) that do not affect the function saunas do not even reduce its final appearance.
2. During the use of the sauna, small cracks may appear in the wood. This is not a defect product, but a common property of the wood used.
3. The sauna door is not designed to hermetically close the sauna. If you use a sauna in a cool place, you can provide the door with a suitable seal.

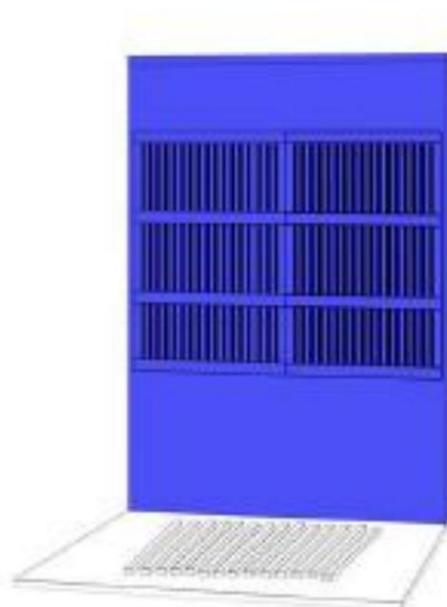


A. Place the BOTTOM PLATE

Place the BOTTOM PLATE on the place where the sauna will stand. Pay attention to the correct location.

B. Place the BACK PLATE

Place the BACK PLATE in the back of the BOTTOM PLATE - slide it in. The wall will not stand by itself, it must be supported by hand before you attach another wall.



C. Place the RIGHT and LEFT BOARDS

Attach the RIGHT PLATE and then the LEFT PLATE to the BACK PLATE and fasten both with clips and secure the BOTTOM PLATE with the supplied screws into the pre-drilled holes.



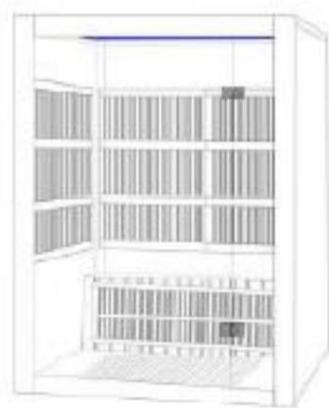
D. Install the BENCH

Insert the side part of the bench into the guide groove, connect the cables for the floor and calf heater, and finally place the bench seat.



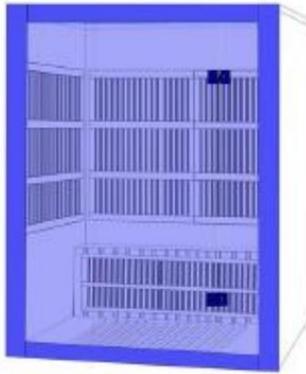
E. installation of TOP PLATE

Place the TOP PLATE on the installed panels and connect the cable connectors on the outside of the TOP PLATE and secure with the supplied screws into the pre-drilled holes at the LEFT and RIGHT PLATE locations.



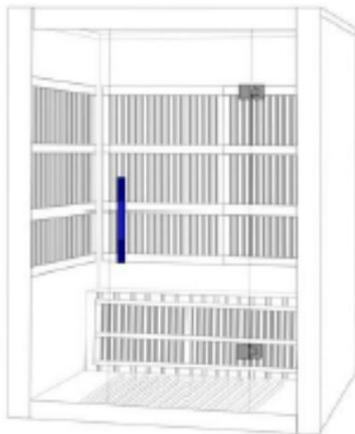
F. installation of glass FRONT PLATE

Install the front panel to the side panels with the preset outer buckles.



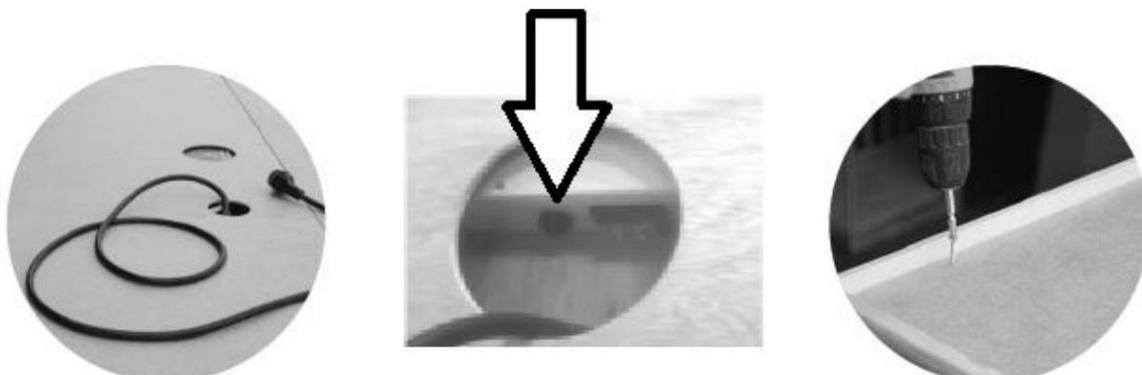
G. door handle and ionizer installation

Screw the handle onto the glass door leaf. Screw the ionizer where the connector for connecting the ionizer is - the connector must be extended from the ceiling of the infrared sauna inward.



H. Replace the TOP COVER

Lift the TOP COVER onto the top of the sauna. Insert the power cord through the round hole in the TOP COVER and place the TOP COVER on the TOP PLATE so that the overcurrent protection button on the control box can be pressed. Align the TOP COVER on the TOP PLATE and after connecting and testing the correct functionality of the infrared sauna, screw it firmly with the supplied screws.



INFRA SAUNA CONTROL





turning on/off the sauna



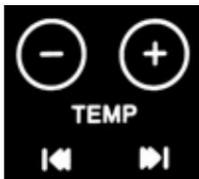
LED color therapy

short press - on/off
long press - color change



LED indoor/outdoor lighting

short press - on/off
long press – various on/off combinations
indoor and outdoor lighting (if the sauna has it)

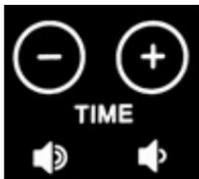


temperature menu

temperature decrease/increase
short press step by 1°
long press for faster setting of temperature levels

FM menu
Bluetooth/USB
simultaneous pressing of
both buttons

previous/next FM station
previous/next MP3 track
switch between °C and °F



Time menu

decrease/increase time
short press step by 1 minute
long press for faster time setting

menu
FM/Bluetooth/USB

volume down/up



FM radio

short press - on/off
long press – automatic search and saving of all available
stations



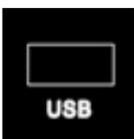
Bluetooth

turn Bluetooth on/off
device name:
BT-AUDIO



USB

USB on/off (must insert a flash drive with MP3 music into
the USB connector)



USB connector for connecting an external flash memory with MP3 music



menu
FM/Bluetooth/USB

play/pause music function

IONIZER CONTROL

The ozone generator creates O₃ and disinfects the interior of the infrared sauna. The ionizer generates negative ions and creates fragrant and fresh air. Both devices can only work separately. Ozone, used primarily to destroy viruses, bacteria and fungi, has an important function for the human body – it oxygenates blood, improves blood circulation and stimulates the production of oxygen in human tissues. In general, many health problems can be treated with ozone therapy.



The ION button is used to switch on the ionizer. After pressing, the control diode lights up - green.

Before and during sauna use, choose the "Ion" option, which has a 60-minute cycle of negative ion generation.

The O₃ button is used to turn on the ozone generator. After pressing, the control diode - red lights up and a 15-minute cycle of ozone generation begins, then automatically switches to ionizer mode.

Use ozone generation after using the sauna to disinfect the infrared sauna space and it is not recommended to stay in the sauna during generation. Turning on the ozone generator may cause radio interference.

WHAT ARE INFRARED RAYS (IR)

An infrared ray is actually an electromagnetic wave that lies between the wavelength range of visible light and the microwave range. This beam is similar to the natural rays from the sun that help warm our skin with direct IR even during cold days. 95% of the energy from the carbon fiber is transformed into long-wave infrared rays with a wavelength from 5 to 17 microns. The sun produces long-wave infrared rays with a wavelength of 9.4 microns.

Wave (mm)		0.2	0.4	0.75	1000
Gamma ray	X-ray beam	Ultraviolet	Visibly	Infrared	Microwave

Shortwave infrared	Mid-wave infrared	Longwave infrared	Microwave
0.75	1.5	5.5	1000

INFRARED RAYS ARE SAFE Infrared rays are very important to almost every part of life on our planet. In addition to providing warmth to people, infrared rays can also enhance the health of the body at the cellular level. This technology is so safe that it has been used for many years in hospital delivery rooms to help newborns reach an acceptable body temperature.

IT'S NOT A HEAT CHAMBER When people hear the word "sauna," they usually think of a steam sauna, where high temperature and high humidity can make a person sweat. For example, a steam sauna is a device similar to a conventional stove that is able to cook food by heating it to an extremely high temperature. In contrast, an infrared sauna is more like a microwave oven, as it produces energy that heats the food and excites the water molecules inside the food, causing it to cook. An infrared sauna produces energy that heats your body and triggers the desired reactions without having to reach extremely high (and uncomfortable) temperatures inside the unit. Due to the effect of infrared rays on the human body, sweating inside an infrared sauna will start at much lower temperatures than in the case of a steam sauna.

WHAT WILL HAPPEN INSIDE You will feel the heat created by the infrared radiators immediately.

The wavelength of this heat will allow the rays to penetrate your skin and heat your body beneath the surface. This will excite the water molecules stored in the fat layer just under your skin, causing you to sweat. Most people tend to sweat after about 20 minutes, although this time shortens with more frequent use of the sauna.

This sweat also allows the body to detoxify, as toxic substances that the body has removed from your bloodstream and stored in your fat layer can now be sweated to the surface of the skin. Direct heat will also cause your blood vessels to dilate (increasing your circulation) and lead to an increase in your breathing and heart rate. Your body will also burn calories as it produces sweat. It is recommended that you drink water before, during and after the sauna to ensure that the body does not become dehydrated.

Also, be careful about what you take with you to the infrared sauna. Some metals absorb infrared rays and can become extremely hot during sauna use.

HOW TO USE THE INFRA SAUNA

- You can best use the potential of infrared therapy if you set the temperature to the highest value. During the entire sauna, your body will use the full power of infrared radiation. If you set the temperature to a lower value, the heaters will continuously turn off and on again to maintain the set temperature. Since the direct action of infrared rays has far greater effects than the action of the high temperature alone in the sauna, you would thus lose part of the therapeutic effects in certain intervals of the sauna session. In addition to lowering the set temperature, you can also regulate the temperature inside the sauna to a certain extent by moving the roof ventilation or by slightly opening the door.
- Before the sauna itself, it is good to take a shower and dry yourself. • Do not use the sauna immediately after strenuous exercise. Wait at least 15 minutes to allow your body to cool down. • Use at least 2-3 towels or tea towels. Sit on one towel that will be folded over several times so that you have good padding. Place another towel on the floor to absorb the exudate, and place the third towel over your knees for frequent wiping of sweat. This will encourage more sweating.
- Take a rough washcloth or towel with you to the sauna and you can wipe your face with it when you start sweating. This will remove dead skin cells and make your skin look younger and smoother. You can do the same on other parts of the body, using a towel, brush or peeling salt.
- The best time for a sauna is in the morning, if you have the opportunity to get up 30 minutes earlier. Shortly after waking up, stretch your body slightly, then sweat in the infrared sauna, take a shower, and finally drink a few glasses of pure water. You would be hard-pressed to find a better source of energy for the day ahead. If, on the other hand, you have problems sleeping, you can use the sauna in the evening. The calm and relaxed state ensured by the sauna will help you fall asleep more easily and better.
- When saunaing in an infrared sauna, the best position to take is sitting and not lying down. The heaters are positioned in such a way that they provide the most benefit from the radiation to a person sitting in an upright position with their feet at bench level. • It is not important what the temperature is inside the infrared sauna when you enter it. Significant sweating occurs only after approx. 15 minutes. For this reason, it is not necessary to wait for the sauna to fully heat up. The best solution is to enter it when it is turned on and warm up together with the sauna.
- After finishing the sauna, it is not ideal to take a shower immediately. Since your body has warmed up during the sauna, it will continue to sweat for some time after the heating units are turned off, even after leaving the sauna. Sit in the sauna with the door open and let your body sweat while it cools down. Once you are comfortable enough, take a lukewarm (not cold) shower to completely rinse the discharge from your body. After using the sauna, it is not recommended to use soap, shower gels or other preparations, as your pores will be open and these substances could clog them. • After the sauna, it is important to replenish the fluids lost during the sauna. The ideal drink is pure water, which does not return to the body the calories burned during the sauna. • After sauna use, remove water and sweat from the interior with a slightly moistened cloth (see further in the CARE OF YOUR SAUNA chapter) and leave the door open so that the interior of the sauna can be ventilated.

CARE OF YOUR SAUNA

It is very important to clean the sauna regularly:

- sweep or vacuum the floor, or benches • wipe down walls where people have touched them – ie above benches, around doors and control panels • use warm water with a mild soapy detergent and a clean cloth, then clean with a clean damp cloth
- avoid strong cleaning agents that can stain the wood or even leave traces of chemicals that can then be released by heat. We recommend using only products designed specifically for cleaning infrared saunas, such as Saunareiniger
- do not use a cloth that is too wet, the wood could darken in this case • always use a towel to absorb sweat when using the sauna, in general, your skin should not come into direct contact with the surface of the sauna, i.e. both benches, walls or backrests
- never use steam cleaners, high-pressure cleaners or sprayers to clean the sauna water.
- never water or rinse the inside or outside of the infrared sauna • never use paints, stains or other chemical coatings inside the sauna, the heat can cause fumes to be released from these coatings
- to impregnate the wood and protect it against moisture, the benches and other exposed wooden parts of the sauna can be continuously treated with paraffin oil, which can also highlight the natural grain of the wood

THE BENEFITS OF YOUR SAUNA

The benefits of infrared therapy have been studied for decades in Japan, Europe, and more recently in the United States. The following beneficial effects have been observed in people who have regularly used an infrared sauna:

- reduction of blood pressure
- reduction of joint stiffness
- weight loss
- strengthening of the cardiovascular system
- reduction of blood sugar level
- increase in blood flow
- reduction of cholesterol and triglyceride levels
- relief from muscle spasms
- pain relief
- replenishment of energy and release of stress
- increasing the strength and vitality of the organism
- increasing the extensibility of collagen tissue
- the sauna helped in solving problems with inflammatory infiltrates, edemas and effusions
- sauna helps in the treatment of acne, eczema, psoriasis, burns and skin injuries and cuts
- the sauna helps open wounds to heal faster and fewer scars remain during sauna use
- improves skin color and elasticity
- helps in the treatment of cellulite, urticaria, gout, tissue damage and prostate hypertrophy
- strengthens the immune system
- helps reduce the possibility of injury when used to warm up muscles before stretching and exercise
- detoxifies the body
- helps treat bronchitis (inflammation of the bronchi)

IMPORTANT NOTICE

The infrared rays emitted by your infrared sauna are recognized as a tool that offers a wide range of possible therapeutic benefits and effects, as evidenced by research conducted in various parts of the world. These benefits are presented here for reference purposes only and are not intended to imply that infrared saunas constitute a cure or cure for any disease, nor should such inferences be drawn from such statements. If you use prescription drugs, suffer from acute joint problems, or have other health problems, please consult your doctor before starting regular infrared sauna therapy. People with surgical implants (metal pins, nails, artificial joints, silicone or other implants) usually do not experience any negative effects, but should also consult their doctor before starting infrared therapy.

HOW THE DEVICE WORKS

Infrared saunas are made with two types of heaters, they are either ceramic or carbon.

Ceramic heaters produce infrared radiation through thin glass tubes strategically placed across the sauna. During the production of infrared radiation, they emit very intense heat and are significantly heated (250-300 °C). Always protected so that they never come into direct contact with the skin. A sauna equipped with ceramic heaters usually heats up faster than a sauna with carbon heaters. Their acquisition costs are lower and their service life is approximately 8000 hours.

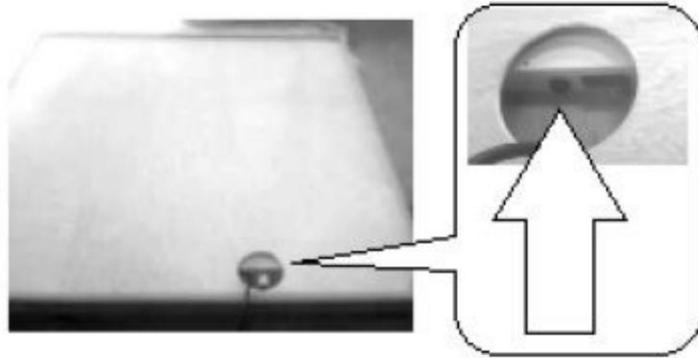
A carbon fiber heating unit consists mainly of a metal glow cathode and carbon fiber. When an electric current passes through a metal glowing cathode, the carbon fiber is heated, which then emits long-wave infrared rays. Carbon heaters heat up a little slower, but the distribution of infrared rays is much more even and efficient. Their surface temperature reaches 70–170 °C. The proportion of infrared waves in the long-wave spectrum is higher than that of ceramic heaters, so they can penetrate the tissues more easily and deeper, thereby increasing the therapeutic effect a little. The acquisition costs are slightly higher, but the operating costs are lower and their service life is approximately 12,000 hours.

SOUND SIGNALING

Some types of saunas can have a function of simple or repeated sound signaling in response to pressing the buttons, reaching the set temperature or time.

ERROR LOCATION

The control panel does not work.	Check the control panel cable connection.
	Contact an authorized service.
The power indicator is off.	Press the overcurrent protection in the hole of the TOP PLATE cover again, see pictures below.



The reading light does not work.	Check and reconnect the light cable.
	Contact an authorized service.
Only part of the heater is heated.	The heater is defective - contact an authorized service.
	The heater connector is not connected well - connect them tightly.
	The heater connector is burnt - contact authorized service.
Does not heat a calf or floor heater.	The cable behind the BENCH SIDE PLATE is not firmly plugged into the socket on the BACK PLATE - plug it firmly.
It does not heat the whole sauna.	The control panel cable connector is loose - reconnect the control panel connectors securely.
	The control panel is damaged - contact us authorized service.
	The control box is damaged - contact an authorized service.

WARRANTY CONDITIONS, SERVICE AND SPARE PARTS

The warranty period is stated on the sales document, but at least 24 months, and begins on the day of receipt of the product, which must be proven with the original sales document. The warranty applies to defects that the product has upon receipt, as well as to demonstrable manufacturing defects that occur during the warranty period. The warranty does not cover normal wear and tear of the product and its parts and damage caused by non-observance of the instructions for use, neglect of maintenance, incorrect use, as a result of intentional damage, unprofessional intervention, modification or repair using non-original parts, as a result of external influences (oxidation, corrosion, flooding, etc.). Repairs during the warranty period may only be carried out by authorized repair shops or the manufacturer's service.

Note: We recommend that you note down the model and production number of the product in order to claim the warranty, obtain a spare part or service intervention (these numbers can be found on the production label on the BACK PLATE of the sauna).

Model number	
Production number	

Note: Removing the serial number label may be a reason for the claim not being recognized.

DISPOSAL



The packaging consists of materials that can be returned to municipal recycling collection yards or collection containers.

Protect the environment! Do not dispose of electrical equipment in household waste!



In accordance with European Directive No. 2012/19/EU, used electrical equipment must be collected separately and submitted for ecological recycling.

The municipal or city administration will provide you with information about the options for disposing of obsolete equipment.

Grazie per aver scelto la nostra sauna a infrarossi e complimenti per l'acquisto. Siamo certi che tutta la vostra famiglia apprezzerà tutto ciò che questo prodotto ha da offrire e che vi divertirete a usarlo per gli anni a venire. Prima di utilizzare la sauna per la prima volta, leggete attentamente e dettagliatamente il presente manuale. Si consiglia di conservare il manuale per poterlo consultare regolarmente e in futuro.

Le immagini riportate nelle istruzioni possono non corrispondere esattamente alla versione consegnata; esse servono principalmente per una migliore comprensione del testo delle istruzioni.

Il produttore e il fornitore si riservano il diritto di apportare modifiche al prodotto senza la necessità di aggiornare il presente manuale di installazione e uso.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA

1. Prima di utilizzare la sauna, leggere attentamente e seguire tutte le istruzioni contenute in questo manuale.
2. Durante l'installazione e l'uso di questa apparecchiatura elettrica è necessario osservare sempre le precauzioni di sicurezza di base. Per alimentare questo apparecchio, utilizzare una presa del circuito di alimentazione installata secondo le norme tecniche vigenti e protetta da un interruttore automatico con un valore e una caratteristica di corrente adeguati. Si consiglia di dotare l'alimentazione di un interruttore automatico con una corrente di intervento non superiore a 30 mA, soprattutto in caso di installazione in bagno o in altri ambienti umidi.
3. Non utilizzare la sauna nelle immediate vicinanze dell'acqua, ad esempio in prossimità di una vasca da bagno o di fondamenta bagnate, oppure in prossimità di una piscina, ecc.
4. Il cavo di alimentazione deve essere posato in modo da ridurre la possibilità di essere calpestato o schiacciato da oggetti posti sopra o contro il cavo. Assicuratevi che il cavo di alimentazione sia protetto in modo adeguato, non appoggiatelo sul pavimento perché è molto pericoloso. Quando non si utilizza il dispositivo, scollegare il cavo di alimentazione e arrotolarlo. Scollegare il cavo di alimentazione dalla presa tirando la spina e non il cavo. Ciò potrebbe danneggiare il cavo o la presa.
5. Prima di accendere la sauna, verificare che non vi siano oggetti infiammabili all'interno, in particolare vicino al riscaldatore.
6. Attenzione: Non toccare i riscaldatori mentre la sauna è in funzione; la loro temperatura supera i 70 °C e il contatto con la loro superficie può causare ustioni. Non coprire i riscaldatori, c'è il rischio di incendio. Quando la sauna è in funzione, non toccare la parte esterna delle pareti nella zona dei riscaldatori: possono essere molto calde e c'è il rischio di ustioni.
7. In caso di sostituzione di parti, accertarsi che le parti di ricambio siano specificate dal produttore o abbiano le stesse caratteristiche di quelle originali. L'uso di parti non autorizzate può provocare incendi, scosse elettriche o altri rischi. Dopo la riparazione, chiedere al tecnico dell'assistenza di eseguire i controlli di sicurezza per verificare che la sauna sia già in condizioni di funzionamento adeguate, dopodiché sarà possibile utilizzarla nuovamente.
8. L'apparecchio non è destinato all'uso da parte di persone (compresi i bambini) con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali, a meno che non siano sorvegliate e istruite da una persona responsabile; da parte di persone che non hanno familiarità con il funzionamento nell'ambito del presente manuale; da parte di persone sotto l'effetto di droghe, narcotici, ecc. che riducono la capacità di reagire rapidamente.
9. Non utilizzare la sauna subito dopo un esercizio fisico intenso. Attendere almeno 30 minuti per consentire al corpo di raffreddarsi.

10. Pericolo di surriscaldamento. La temperatura corporea normale non deve superare i 39°C (103°F).
I sintomi di un eccessivo surriscaldamento del corpo includono vertigini, letargia, sonnolenza e svenimento. Le conseguenze di un eccessivo surriscaldamento del corpo possono includere l'incapacità di percepire il calore, l'impossibilità fisica di lasciare la sauna, l'incapacità di riconoscere un pericolo imminente, la perdita di coscienza e danni al feto nelle donne in gravidanza. Il surriscaldamento provoca l'innalzamento della temperatura interna dell'organismo, per cui le impostazioni di temperatura elevate per la sauna non sono raccomandati.
11. Uso di alcol, droghe o determinati farmaci prima o durante la sauna può portare alla perdita di coscienza.
12. Non dormire mai all'interno della sauna mentre questa è in funzione.
13. Per la pulizia della sauna non utilizzare pulitori a vapore, idropultrici o spruzzatori d'acqua. Utilizzare solo preparati direttamente destinati a questo scopo.
14. Non collocare oggetti sulle pareti superiori o interne della sauna. Non introdurre animali domestici o oggetti metallici nella sauna. La sauna non è destinata all'asciugatura della biancheria.
15. Se il cavo di alimentazione è danneggiato, è necessario provvedere alla sua immediata sostituzione tramite il produttore o il suo rappresentante o una persona altrettanto qualificata. Se si nota che il cavo di alimentazione è troppo caldo, ciò può indicare che c'è un problema nell'apparecchiatura elettrica; in tal caso è necessario farlo controllare dal produttore o dal suo rappresentante per evitare pericoli.
16. Non utilizzare la sauna durante una tempesta elettrica per evitare il rischio di lesioni da corrente elettrica.
17. Non accendere o spegnere ripetutamente l'impianto di alimentazione e di riscaldamento per non danneggiare le apparecchiature elettriche.
18. Asciugare le mani prima di inserire o rimuovere la spina dal circuito di alimentazione. Non toccare mai il cavo con le mani o i piedi nudi bagnati per evitare il rischio di scosse elettriche. Non toccare con le dita i terminali metallici della presa o la spina del cavo di alimentazione.
19. Non utilizzare la sauna se il cavo di alimentazione è danneggiato, se non funziona correttamente o se è danneggiato. Non tentare di ripararla da soli; in caso di problemi, contattare il rappresentante o il produttore, altrimenti si rischia di violare le norme di sicurezza. I tentativi di riparazione non autorizzati annullano la garanzia del produttore.
20. Assicurarsi che la presa per il collegamento alla rete elettrica abbia parametri sufficienti per il funzionamento della sauna; se l'ingresso è debole, la presa potrebbe surriscaldarsi e causare un incendio.
21. In alcuni modelli di sauna con luci sul tetto, la temperatura della luce è molto alta non appena si accende la sauna e si accende la luce. Non toccare la luce, potrebbe bruciare la pelle. Inoltre, non toccare la luce per 20 minuti dopo il termine del riscaldamento.
22. Non versare acqua o altri liquidi sui dispositivi di riscaldamento o su altri apparecchi elettrici e non colpirli con oggetti duri per evitare di provocare un cortocircuito che potrebbe causare un incendio o un'interruzione di corrente.
23. Questo prodotto contiene una sorgente luminosa di classe energetica (G).

QUANDO EVITARE DI USARE LA SAUNA

1. Si raccomanda di non utilizzare la sauna nelle 24 ore successive all'esposizione ai raggi UV provenienti da fonti artificiali o all'esposizione al sole.
2. Farmaci con prescrizione medica: consultare sempre il medico o il farmacologo in merito alle possibili interazioni con gli effetti dei farmaci. Alcuni farmaci, come i diuretici, gli antistaminici, i beta-bloccanti e i barbiturici, possono influire negativamente sulla naturale capacità dell'organismo di regolare il calore. In questa categoria rientrano sia i farmaci da prescrizione che quelli da banco.

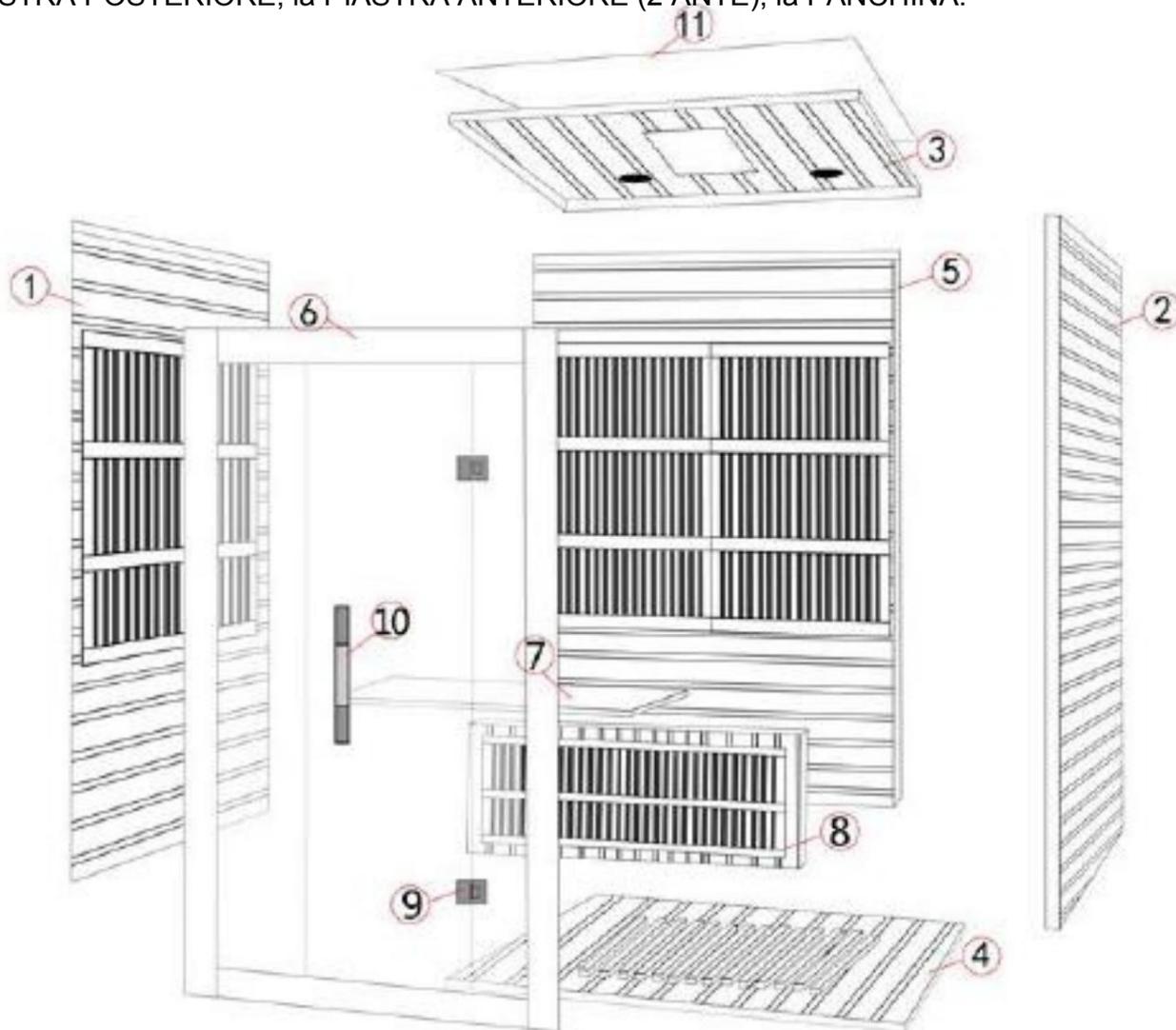
3. **Malattie cardiache:** la terapia della sauna non è adatta a pazienti con alcune malattie cardiache, tra cui ipertensione o ipotensione, insufficienza cardiaca cronica o problemi di circolazione coronarica. Se si soffre di una delle suddette patologie, l'esposizione prolungata a temperature elevate può essere pericolosa, in quanto la conseguenza diretta è un aumento della frequenza cardiaca di circa 10 battiti (ma in alcuni casi fino a 30) al minuto per ogni grado di aumento della temperatura corporea. Questa controindicazione si applica anche ai pazienti che assumono farmaci per la pressione sanguigna o un pacemaker: alcune saune possono contenere magneti che possono influenzarne il funzionamento.
4. **Bambini e anziani:** i bambini e gli anziani sono due fasce d'età per le quali si raccomanda di consultare un medico prima dell'uso della sauna. Sebbene per entrambi questi gruppi di età l'uso della sauna sia generalmente sicuro e benefico, la temperatura corporea dei bambini aumenta molto più rapidamente di quella degli adulti e la loro capacità di termoregolazione con l'aiuto della sudorazione non è ancora sviluppata come quella degli adulti. Allo stesso modo, la capacità di mantenere una temperatura corporea ottimale e la funzione delle ghiandole sudoripare diminuiscono con l'avanzare dell'età, per cui è necessario usare cautela in entrambe le fasce d'età e discutere la terapia della sauna con il proprio medico.
5. **Problemi articolari:** una lesione articolare acuta non dovrebbe essere riscaldata per le prime 48 ore o finché il rossore e il gonfiore non si attenuano. Nei casi di gonfiore cronico delle articolazioni, è possibile che queste non rispondano favorevolmente alla terapia del calore.
6. **Gravidanza:** l'uso della sauna è sconsigliato durante la gravidanza (o il sospetto di gravidanza). Con l'aumento della temperatura corporea, può aumentare anche la temperatura del liquido amniotico, che in casi estremi può causare danni al feto e difetti alla nascita. Inoltre, è molto più facile che le donne incinte si surriscaldino, causando la perdita di coscienza. Il cuore e i vasi sanguigni durante la gravidanza lavorano a una capacità maggiore anche in condizioni normali per poter nutrire il feto in via di sviluppo, e se il corpo si surriscalda, le richieste al cuore e ai vasi sanguigni aumentano ancora di più. Ciò comporta una riduzione del flusso sanguigno agli organi interni, compreso il cuore, che può portare alla perdita di coscienza.
7. **Alcune malattie:** l'aumento della temperatura interna può essere inappropriato per i soggetti affetti da sclerosi multipla, lupus eritematoso sistemico, neuropatia diabetica, morbo di Parkinson, tumori del sistema nervoso centrale o insufficienza surrenalica (come il morbo di Addison). Anche le persone affette da emofilia o da patologie emorragiche dovrebbero evitare di fare la sauna, poiché il calore provoca la dilatazione dei vasi sanguigni. Anche a chi soffre di febbre o è sensibile al calore è sconsigliato l'uso della sauna. Tuttavia, tutti i pazienti con protesi dovrebbero consultare il proprio chirurgo in merito all'uso della sauna. Come per i massaggi, l'uso della sauna non è indicato in caso di malattie infettive, sotto l'effetto di alcol o droghe. E come per qualsiasi altra attività simile, vale quanto segue: Se si avverte un disagio, o addirittura un dolore o un peggioramento della salute, interrompere immediatamente l'uso della sauna.

Se avete problemi di salute, consultate sempre il vostro medico prima di usare la sauna!

Attenzione: Se l'arrossamento della pelle persiste dopo l'uso della sauna per più di un giorno, non utilizzare più la sauna e consultare il medico.

PRESENTAZIONE DEL PRODOTTO

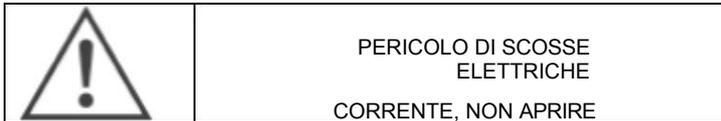
La sauna a infrarossi è composta da una cabina in legno, un'unità di controllo e riscaldatori per sauna. La cabina in legno comprende la PIASTRA INFERIORE, la PIASTRA SUPERIORE, la PIASTRA DESTRA, la PIASTRA SUPERIORE SINISTRA, la PIASTRA POSTERIORE, la PIASTRA ANTERIORE (2 ANTE), la PANCHINA.



NO	TITOLO	Q.tà
1	PIASTRA SINISTRA	1
2	PIASTRA DESTRA	1
3	PIASTRA SUPERIORE PIASTRA	1
4	INFERIORE	1
5	PIASTRA POSTERIORE	1
6	PIASTRA ANTERIORE (anta della porta in vetro)	1
7	Sedile a panchina	1
8	Pannello laterale della panchina	1
9	Cerniera della porta	2
10	Maniglia della porta	1
11	Piastra superiore Coperchio	1
	Viti	5
	Guarnizione della porta	2

SCATOLA DI CONTROLLO

La centralina di controllo è il centro di controllo della sauna. È montata sulla piastra superiore; durante il montaggio è necessario solo collegare le estremità dei cavi appropriati.



ISTRUZIONI DI MONTAGGIO Leggere attentamente le istruzioni per l'uso prima di procedere al montaggio. Per il montaggio della sauna sono necessari 2 adulti.

Nota: leggere attentamente tutte le istruzioni prima di procedere all'installazione della sauna e ricordare che durante l'utilizzo della sauna è necessario seguire sempre le precauzioni di sicurezza di base.

Prima dell'installazione vera e propria, è importante scegliere un luogo adatto alla sauna:

1. L'ubicazione della sauna è possibile solo in un'area temperata con bassa umidità dell'aria. Evitare di collocare la sauna in ambienti umidi con scarsa ventilazione (circolazione dell'aria). Quando la sauna viene riscaldata, l'umidità dell'aria si condensa nelle zone umide, il che può influire negativamente sulla durata dei componenti elettronici della sauna in caso di utilizzo prolungato.
2. Si consiglia di collocare la sauna in un locale con una temperatura dell'aria di almeno 15°C. La temperatura esterna influisce direttamente sulla temperatura interna della sauna. Se si colloca la sauna in un ambiente freddo, la temperatura interna della sauna non raggiungerà i valori massimi specificati.
3. La sauna deve essere in piano. È necessario assicurarsi che la base sotto la sauna sia solida, orizzontale e sufficientemente portante per il peso della sauna e delle persone che la utilizzano. Le superfici irregolari devono essere livellate.
4. Il luogo della sauna deve essere a distanza di sicurezza dalle fonti di acqua corrente (vasche da bagno, docce, lavandini, ecc.).
5. Nelle vicinanze della sauna, cioè a portata di cavo di alimentazione, deve essere installata una presa di corrente da 230 V/50 Hz con una protezione di corrente sufficiente, corrispondente all'assorbimento di corrente della sauna (potenza assorbita) - vedere l'etichetta di fabbricazione della sauna.
Si consiglia di dotare l'alimentazione di un interruttore automatico con una corrente di intervento non superiore a 30 mA, soprattutto in caso di installazione in bagni o altre aree umide.
6. Il cavo di alimentazione deve essere facilmente accessibile, in modo che, se necessario, sia possibile scollegarlo rapidamente dalla fonte di alimentazione.

STRUMENTI NECESSARI

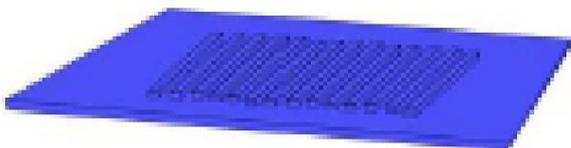
Cacciavite, gradini

ORDINE DI MONTAGGIO

PIASTRA INFERIORE - PIASTRA POSTERIORE - PIASTRA DESTRA - PIASTRA SINISTRA - PIASTRA LATERALE PER PANCA - SEDILE PER PANCA - PIASTRA SUPERIORE - PIASTRA ANTERIORE - PIASTRE DI COPERTURA SUPERIORI

Nota:

1. Possono verificarsi sulle parti in legno della sauna, che sono nascoste alla vista, danni minori causati durante la produzione (graffi, scalfitture, ecc.) che non compromettono la funzione le saune non ne riducono nemmeno l'aspetto finale.
2. Durante l'utilizzo della sauna, possono comparire piccole crepe nel legno. Non si tratta di un difetto del prodotto, ma di una proprietà comune del legno utilizzato.
3. La porta della sauna non è progettata per chiudere ermeticamente la sauna. Se si utilizza la sauna in un luogo fresco, è possibile dotare la porta di una guarnizione adeguata.

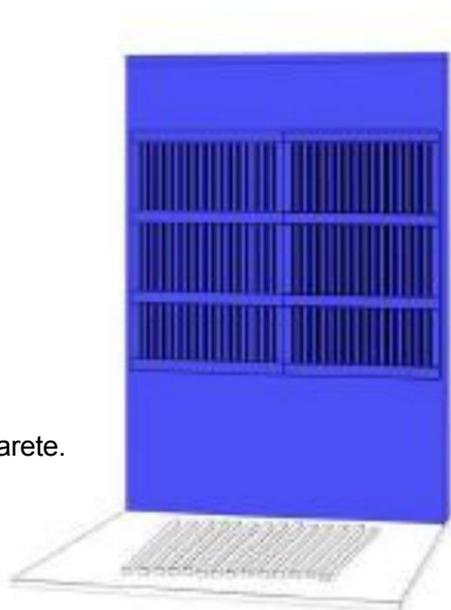


A. Posizionare la PIASTRA INFERIORE

Posizionare la PIASTRA DI FONDO sul luogo in cui verrà posizionata la sauna. Prestare attenzione alla posizione corretta.

B. Posizionare la piastra posteriore

Posizionare la PIASTRA POSTERIORE nella parte posteriore della PIASTRA INFERIORE, facendola scorrere. La parete non sta in piedi da sola, ma deve essere sostenuta manualmente prima di fissare un'altra parete.



C. Posizionare le *BARRE DESTRA e SINISTRA*

Fissare la PIASTRA DESTRA e poi la PIASTRA SINISTRA alla PIASTRA POSTERIORE e fissarle entrambe con i fermi e fissare la PIASTRA INFERIORE con le viti in dotazione negli appositi fori.



D. Installare la *panca*

Inserire la parte laterale della panca nella scanalatura di guida, collegare i cavi per il riscaldamento del pavimento e dei polpacci,

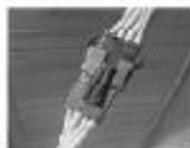
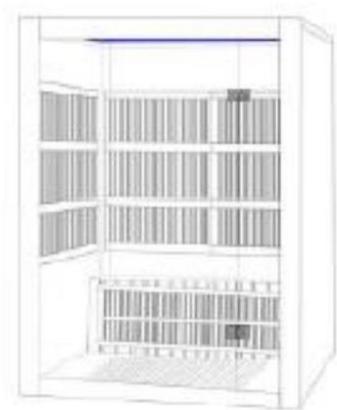
e infine posizionare il sedile della panchina.



E. installazione della *piastra superiore*

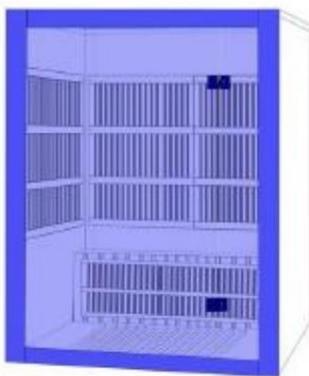
Posizionare la piastra superiore sui pannelli installati e collegare i connettori dei cavi all'esterno della piastra superiore e fissarli con le viti in dotazione nei fori preforati a sinistra e a sinistra.

Posizione della piastra destra.



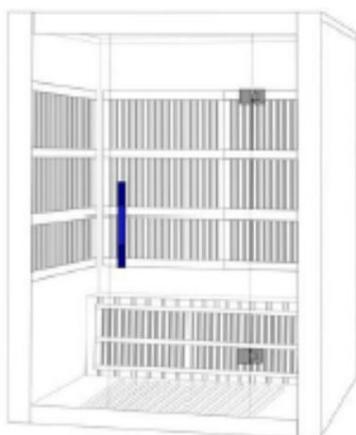
F. installazione del vetro PIASTRA ANTERIORE

Installare il pannello anteriore sui pannelli laterali con le fibbie esterne preimpostate.



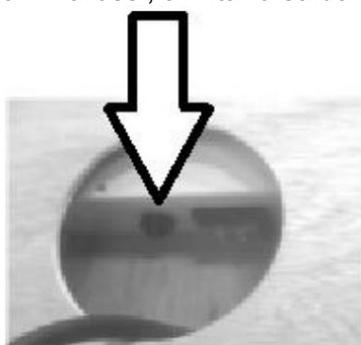
G. installazione della maniglia e dello ionizzatore

Avvitare la maniglia sull'anta della porta in vetro. Avvitare lo ionizzatore nel punto in cui si trova il connettore per il collegamento dello ionizzatore. la sauna a infrarossi verso l'interno.



H. Sostituire il coperchio superiore

Solleverare il coperchio superiore sulla parte superiore della sauna. Inserire il cavo di alimentazione attraverso il foro rotondo nel TOP COVER e posizionare il TOP COVER sulla TOP PLATE in modo da poter premere il pulsante di protezione da sovracorrente sulla centralina di controllo. Allineare il TOP COVER sulla TOP PLATE e, dopo aver collegato e testato il corretto funzionamento della sauna a infrarossi, avvitarlo saldamente con le viti in dotazione.



CONTROLLO DELL'INFRASAUNA





accensione/spegnimento della sauna



Terapia del colore a LED

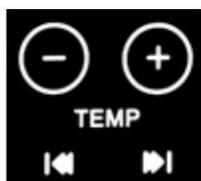
pressione breve - on/off
pressione prolungata - cambio colore



Illuminazione interna/esterna a LED

pressione breve - on/off
pressione prolungata - varie combinazioni di accensione e spegnimento dell'illuminazione interna ed esterna (se la sauna ne è dotata)

diminuzione/aumento della temperatura

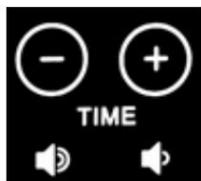


menu temperatura

pressione breve passo di 1°
pressione prolungata per un'impostazione più rapida dei livelli di temperatura

Menu FM
Bluetooth/USB
pressione simultanea di entrambi i pulsanti

stazione FM precedente/successiva
brano MP3 precedente/successivo
commutazione tra °C e °F



Menu orario

diminuzione/aumento del tempo

menu FM/Bluetooth/USB

Premere brevemente per 1 minuto
Premere a lungo per velocizzare l'impostazione del tempo

abbassare/aumentare il volume



Radio FM

pressione breve - on/off
pressione prolungata - ricerca e salvataggio automatico di tutte le stazioni disponibili



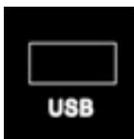
Bluetooth

accendere/spegnere il Bluetooth nome del dispositivo: BT-AUDIO



USB

USB on/off (è necessario inserire una chiavetta con musica MP3 nel connettore USB)



Connettore USB per il collegamento di una memoria flash esterna con musica MP3



menu FM/Bluetooth/USB

funzione di riproduzione/pausa della musica

CONTROLLO DELLO IONIZZATORE

Il generatore di ozono crea O₃ e disinfetta l'interno della sauna a infrarossi. Lo ionizzatore genera ioni negativi e crea aria fresca e profumata. I due dispositivi possono funzionare solo separatamente. L'ozono, utilizzato principalmente per distruggere virus, batteri e funghi, ha una funzione importante per il corpo umano: ossigena il sangue, migliora la circolazione sanguigna e stimola la produzione di ossigeno nei tessuti umani. In generale, molti problemi di salute possono essere trattati con l'ozonoterapia.



Il pulsante ION serve ad accendere lo ionizzatore. Dopo averlo premuto, il diodo di controllo si illumina di verde.

Prima e durante l'uso della sauna, scegliere l'opzione "Ion", che prevede un ciclo di 60 minuti di generazione di ioni negativi.

Il pulsante O₃ serve ad accendere il generatore di ozono. Dopo averlo premuto, il diodo di controllo rosso si accende e inizia un ciclo di 15 minuti di generazione di ozono, passa automaticamente alla modalità ionizzatore.

Utilizzare la generazione di ozono dopo l'uso della sauna per disinfettare lo spazio della sauna a infrarossi. e non è consigliabile rimanere nella sauna durante la generazione. L'accensione del generatore di ozono può causare interferenze radio.

COSA SONO I RAGGI INFRAROSSI (IR)

Il raggio infrarosso è in realtà un'onda elettromagnetica che si colloca tra la lunghezza d'onda della luce visibile e quella delle microonde. Questo raggio è simile ai raggi naturali del sole che contribuiscono a riscaldare la nostra pelle con gli IR diretti anche nelle giornate fredde. Il 95% dell'energia prodotta dalla fibra di carbonio viene trasformata in raggi infrarossi a onda lunga con una lunghezza d'onda compresa tra 5 e 17 micron. Il sole produce raggi infrarossi a onda lunga con una lunghezza d'onda di 9,4 micron.

Onda (mm)		0.2	0.4	0.75	1000
Raggi gamma	Fascio di raggi X	Ultravioletto	Visibilmente	Infrarossi	Microonde

Infrarossi a onde corte	Infrarossi a onde medie	Infrarossi a onde lunghe	Microonde
0.75	1.5	5.5	1000

I RAGGI INFRAROSSI SONO SICURI I raggi infrarossi sono molto importanti per quasi tutte le forme di vita sul nostro pianeta. Oltre a fornire calore alle persone, i raggi infrarossi possono anche migliorare la salute del corpo a livello cellulare. Questa tecnologia è così sicura che è stata utilizzata per molti anni nelle sale parto degli ospedali per aiutare i neonati a raggiungere una temperatura corporea accettabile.

NON È UNA CAMERA DI RISCALDAMENTO Quando si sente la parola "sauna", di solito si pensa a una sauna a vapore, dove l'alta temperatura e l'elevata umidità possono far sudare una persona. La sauna a vapore, ad esempio, è un dispositivo simile a una stufa convenzionale in grado di cuocere gli alimenti riscaldandoli a una temperatura estremamente elevata. La sauna a infrarossi, invece, è più simile a un forno a microonde, in quanto produce energia che riscalda il cibo ed eccita le molecole d'acqua al suo interno, provocandone la cottura. La sauna a infrarossi produce energia che riscalda il corpo e innesca le reazioni desiderate senza dover raggiungere temperature estremamente elevate (e scomode) all'interno dell'unità. Grazie all'effetto dei raggi infrarossi sul corpo umano, la sudorazione all'interno di una sauna a infrarossi inizia a temperature molto più basse rispetto a una sauna a vapore.

COSA SUCCEDE ALL'INTERNO Il calore creato dai radiatori a infrarossi si percepisce immediatamente.

La lunghezza d'onda di questo calore permette ai raggi di penetrare nella pelle e di riscaldare il corpo sotto la superficie. Ciò eccita le molecole d'acqua immagazzinate nello strato di grasso sotto la pelle, provocando una sudorazione. La maggior parte delle persone tende a sudare dopo circa 20 minuti, anche se questo tempo si riduce con un uso più frequente della sauna.

Il sudore consente inoltre all'organismo di disintossicarsi, poiché le sostanze tossiche che il corpo ha rimosso dal flusso sanguigno e immagazzinate nello strato di grasso possono ora essere sudate sulla superficie della pelle. Il calore diretto provoca inoltre la dilatazione dei vasi sanguigni (aumentando la circolazione) e determina un aumento della respirazione e del ritmo di riscaldamento. Inoltre, il corpo brucia calorie grazie alla produzione di sudore. Si consiglia di bere acqua prima, durante e dopo la sauna per evitare che il corpo si disidrati.

Inoltre, fate attenzione a ciò che portate con voi nella sauna a infrarossi. Alcuni metalli assorbono i raggi infrarossi e possono diventare estremamente caldi durante l'uso della sauna.

COME UTILIZZARE L'INFRASAUNA

- Il potenziale della terapia a infrarossi può essere sfruttato al meglio se si imposta la temperatura al valore più alto. Per tutta la durata della sauna, il corpo utilizzerà tutta la potenza dei raggi infrarossi. Se si imposta una temperatura più bassa, il riscaldatore si spegne e si riaccende continuamente per mantenere la temperatura impostata. Poiché l'azione diretta dei raggi infrarossi ha effetti di gran lunga superiori all'azione della sola temperatura elevata nella sauna, in alcuni intervalli della seduta si perderebbe parte degli effetti terapeutici. Oltre ad abbassare la temperatura impostata, è possibile regolare in una certa misura la temperatura interna della sauna spostando la ventilazione del tetto o aprendo leggermente la porta.

- Prima della sauna è bene fare una doccia e asciugarsi. - Non utilizzare la sauna subito dopo un esercizio fisico intenso. Attendere almeno 15 minuti per permettere al corpo di raffreddarsi. - Utilizzare almeno 2-3 asciugamani o strofinacci. Sedersi su uno un asciugamano che verrà ripiegato più volte in modo da avere una buona imbottitura. Mettete un altro asciugamano sul pavimento per assorbire l'essudato e mettete il terzo asciugamano sopra le ginocchia per asciugare frequentemente il sudore. In questo modo si favorisce una maggiore sudorazione.

- Portate con voi in sauna un panno ruvido o un asciugamano con cui potete pulirvi il viso quando iniziate a sudare. Questo rimuoverà le cellule morte e farà apparire la pelle più giovane e liscia. Potete fare lo stesso su altre parti del corpo, usando un asciugamano, una spazzola o un sale per il peeling.

- Il momento migliore per fare la sauna è la mattina, se si ha la possibilità di alzarsi 30 minuti prima. Poco dopo il risveglio, fate un po' di stretching, poi sudate nella sauna a infrarossi, fate una doccia e infine bevete qualche bicchiere di acqua pura. Difficilmente riuscirete a trovare una fonte di energia migliore per la giornata che vi attende. Se invece avete problemi di sonno, potete utilizzare la sauna la sera. Lo stato di calma e rilassamento garantito dalla sauna vi aiuterà ad addormentarvi meglio e più facilmente.

- Quando si fa la sauna a infrarossi, la posizione migliore è quella seduta e non quella sdraiata. I riscaldatori sono posizionati in modo tale da fornire il massimo beneficio dalle radiazioni a una persona seduta in posizione eretta con i piedi in panchina.

livello. - Non è importante quale sia la temperatura all'interno della sauna a infrarossi quando vi si entra. Una sudorazione significativa si verifica solo dopo circa 15 minuti. Per questo motivo, non è necessario aspettare che la sauna si riscaldi completamente. La soluzione migliore è entrare quando è accesa e riscaldarsi insieme alla sauna.

- Una volta terminata la sauna, non è ideale fare subito la doccia. Poiché il corpo si è riscaldato durante la sauna, continuerà a sudare per qualche tempo dopo lo spegnimento delle unità di riscaldamento, anche dopo aver lasciato la sauna. Sedetevi nella sauna con la porta aperta e lasciate che il vostro corpo sudi mentre si raffredda. Una volta che vi siete sentiti abbastanza a vostro agio, fate una doccia tiepida (non fredda) per sciacquare completamente il corpo dalle scariche. Dopo la sauna è sconsigliato l'uso di sapone, bagnoschiuma o altri preparati, poiché i pori sono aperti e queste sostanze potrebbero ostruirli. - Dopo la sauna, è importante reintegrare i liquidi persi durante la sauna. L'ideale

è acqua pura, che non restituisce al corpo le calorie bruciate durante la sauna. - Dopo l'uso della sauna, rimuovere l'acqua e il sudore dall'interno con un panno leggermente inumidito (vedi capitolo CURA DELLA SAUNA) e lasciare la porta aperta in modo che l'interno della sauna possa essere ventilato.

CURA DELLA SAUNA

È molto importante pulire regolarmente la sauna:

- spazzare o passare l'aspirapolvere sul pavimento o sulle panchine - pulire le pareti dove si trovano Le persone che li hanno toccati, ad esempio sopra i banchi, intorno alle porte e ai pannelli di controllo, usano acqua calda con un detergente delicato e un panno pulito, poi pulire con un panno umido e pulito
- evitare detergenti forti che possono macchiare il legno o lasciare tracce di sostanze chimiche che possono poi essere rilasciate dal calore. Si consiglia di utilizzare solo prodotti specifici per la pulizia delle saune a infrarossi, come Saunareiniger.
- Non utilizzare un panno troppo bagnato, in questo caso il legno potrebbe scurirsi - utilizzare sempre un asciugamano per assorbire il sudore durante l'utilizzo della sauna, in generale la pelle non deve entrare in contatto diretto con la superficie della sauna, ad esempio con le panche, le pareti o gli schienali.
- non utilizzare mai pulitori a vapore, idropulitrici o spruzzatori per pulire l'acqua della sauna.
- non inaffiare o risciacquare mai l'interno o l'esterno della sauna a infrarossi - non utilizzare mai vernici, mordenti o altri rivestimenti chimici all'interno della sauna, il calore può provocare la fuoriuscita di fumi da questi rivestimenti
- per impregnare il legno e proteggerlo dall'umidità, le panche e le altre parti in legno esposte della sauna possono essere trattate costantemente con olio di paraffina, che può anche mettere in evidenza le venature naturali del legno

I BENEFICI DELLA SAUNA

I benefici della terapia a infrarossi sono stati studiati per decenni in Giappone, Europa e più recentemente negli Stati Uniti. Nelle persone che hanno utilizzato regolarmente una sauna a infrarossi sono stati osservati i seguenti effetti benefici:

- riduzione della pressione sanguigna
- riduzione della rigidità articolare
- perdita di peso
- rafforzamento del sistema cardiovascolare
- riduzione del livello di zucchero nel sangue
- aumento del flusso sanguigno
- riduzione dei livelli di colesterolo e trigliceridi
- sollievo dagli spasmi muscolari
- sollievo dal dolore
- reintegrazione dell'energia e liberazione dallo stress
- aumentare la forza e la vitalità dell'organismo
- aumentare l'estensibilità del tessuto collagene
- la sauna ha contribuito a risolvere problemi di infiltrati infiammatori, edemi ed effusioni
- la sauna aiuta nel trattamento di acne, eczema, psoriasi, ustioni, lesioni e tagli della pelle
- la sauna aiuta le ferite aperte a guarire più velocemente e le cicatrici che rimangono durante l'uso della sauna sono meno evidenti
- Migliora il colore e l'elasticità della pelle
- aiuta nel trattamento di cellulite, orticaria, gotta, danni ai tessuti e ipertrofia prostatica
- rafforza il sistema immunitario
- contribuisce a ridurre la possibilità di lesioni quando viene utilizzato per riscaldare i muscoli prima dello stretching e dell'esercizio fisico
- disintossica l'organismo
- aiuta a trattare la bronchite (infiammazione dei bronchi)

AVVISO IMPORTANTE

I raggi infrarossi emessi dalla sauna a infrarossi sono riconosciuti come uno strumento che offre un'ampia gamma di possibili benefici ed effetti terapeutici, come dimostrato da ricerche condotte in varie parti del mondo. Questi benefici sono presentati qui solo a scopo di riferimento e non intendono implicare che le saune a infrarossi costituiscano una cura o una guarigione per qualsiasi malattia, né si devono trarre tali deduzioni da tali affermazioni. Se fate uso di farmaci da prescrizione, se soffrite di problemi articolari acuti, o hanno altri problemi di salute, si consiglia di consultare il medico prima di iniziare una terapia regolare con la sauna a infrarossi. Le persone con protesi chirurgiche (perni metallici, chiodi, articolazioni artificiali, protesi al silicone o di altro tipo) di solito non subiscono effetti negativi, ma dovrebbero consultare il proprio medico prima di iniziare la terapia a infrarossi.

COME FUNZIONA IL DISPOSITIVO

Le saune a infrarossi sono realizzate con due tipi di riscaldatori, in ceramica o in carbonio.

I riscaldatori in ceramica producono radiazioni infrarosse attraverso sottili tubi di vetro posizionati strategicamente nella sauna. Durante la produzione di raggi infrarossi, emettono un calore molto intenso e si riscaldano notevolmente (250-300 °C). Vanno sempre protetti in modo che non entrino mai in contatto diretto con la pelle. Una sauna dotata di riscaldatori in ceramica di solito si riscalda più velocemente di una sauna con riscaldatori a carbone. I costi di acquisto sono inferiori e la loro durata è di circa 8000 ore.

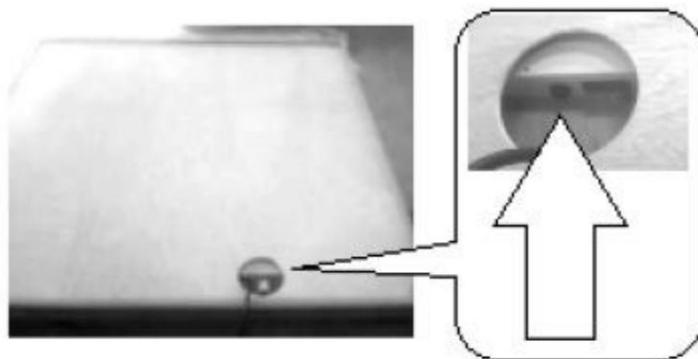
Un'unità di riscaldamento a fibra di carbonio è costituita principalmente da un catodo incandescente metallico e da una fibra di carbonio. Quando una corrente elettrica passa attraverso un catodo incandescente di metallo, la fibra di carbonio viene riscaldata e quindi emette raggi infrarossi a onde lunghe. I riscaldatori al carbonio si riscaldano un po' più lentamente, ma la distribuzione dei raggi infrarossi è molto più uniforme ed efficiente. La loro temperatura superficiale raggiunge i 70-170 °C. La percentuale di onde infrarosse nello spettro a onde lunghe è superiore a quella dei riscaldatori in ceramica, quindi possono penetrare più facilmente e in profondità nei tessuti, aumentando un po' l'effetto terapeutico. I costi di acquisto sono leggermente superiori, ma i costi di esercizio sono inferiori e la loro durata è di circa 12.000 ore.

SEGNALAZIONE SONORA

Alcuni tipi di saune possono avere una funzione di segnalazione sonora semplice o ripetuta in risposta alla pressione dei pulsanti, al raggiungimento della temperatura o del tempo impostato.

POSIZIONE DELL'ERRORE

Il pannello di controllo non funziona.	Controllare il collegamento del cavo del pannello di controllo.
	Contattare un servizio di assistenza autorizzato.
L'indicatore di alimentazione è spento.	Premere nuovamente la protezione contro le sovracorrenti nel foro del coperchio della piastra superiore, vedi immagini di seguito.



La luce di lettura non funziona.	Controllare e ricollegare il cavo della luce.
	Contattare un servizio di assistenza autorizzato.
Solo una parte del riscaldatore viene riscaldata.	Il riscaldatore è difettoso - contattare un servizio di assistenza autorizzato.
	Il connettore del riscaldatore non è ben collegato, collegarlo saldamente
	Il connettore del riscaldatore è bruciato, contattare il servizio di assistenza
Non riscalda la parete o il pavimento	Il cavo dietro la piastra laterale della panca non è fissato correttamente nella presa posizionata sulla piastra posteriore. Fissarlo correttamente.
Non riscalda l'intera sauna.	Il connettore del cavo del pannello di controllo è allentato: ricollegare saldamente i connettori del pannello di controllo.
	Il pannello di controllo è danneggiato. Contatta un centro di assistenza autorizzato.
	Il quadro comandi è danneggiato. Contatta un centro di assistenza autorizzato.

CONDIZIONI DI GARANZIA, ASSISTENZA E RICAMBI

Il periodo di garanzia è indicato sul documento di vendita, ma almeno 24 mesi, e decorre dal giorno del ricevimento del prodotto, che deve essere dimostrato con il documento di vendita originale. La garanzia si applica ai difetti che il prodotto presenta al momento del ricevimento, nonché ai difetti di fabbricazione dimostrabili che si verificano durante il periodo di garanzia. La garanzia non copre la normale usura del prodotto e delle sue parti e i danni causati dall'inosservanza delle istruzioni per l'uso, dalla mancata manutenzione, dall'uso improprio, da danni intenzionali, da interventi non professionali, da modifiche o riparazioni con parti non originali, da influssi esterni (ossidazione, corrosione, allagamenti, ecc.). Le riparazioni durante il periodo di garanzia possono essere effettuate solo da officine autorizzate o dal servizio di assistenza del produttore.

Nota: si consiglia di annotare il modello e il numero di produzione del prodotto per poter far valere la garanzia, ottenere un pezzo di ricambio o un intervento di assistenza (questi numeri si trovano sull'etichetta di produzione posta sulla piastra posteriore della sauna).

Numero di modello	
Numero di produzione	

Nota: la rimozione dell'etichetta con il numero di serie può causare il mancato riconoscimento del reclamo.

SMALTIMENTO



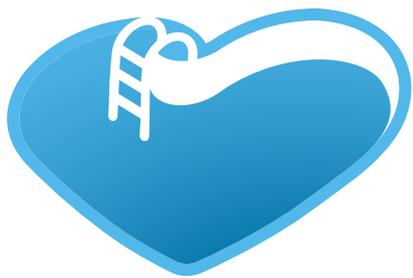
Gli imballaggi sono costituiti da materiali che possono essere conferiti ai centri di raccolta differenziata o ai contenitori di raccolta comunali.

Proteggere l'ambiente! Non smaltire le apparecchiature elettriche nei rifiuti domestici!



In conformità alla direttiva europea n. 2012/19/UE, le apparecchiature elettriche usate devono essere raccolte separatamente e avviate al riciclaggio ecologico.

L'amministrazione comunale o cittadina vi fornirà informazioni sulle possibilità di smaltimento delle apparecchiature obsolete.



BSVillage

[.com](http://www.bsvillage.com)

PISCINE - WELLNESS - OUTDOOR

www.bsvillage.com

BUSINESS SHOP S.r.l. a Socio Unico
Via della Repubblica n. 19/1 - 42123 Reggio Emilia (RE)
P.Iva e C.F. 02458850357 - Cap. soc. 60.000,00 € i.v.

 www.bsvillage.com

 0522 15 36 417

 info@bsvillage.com

 0522 18 40 494