MTF Spa

Инфракрасная сауна

Kaisa



v.09/2025

Благодарим вас за выбор нашей инфракрасной сауны и поздравляем с покупкой. Мы уверены, что вся ваша семья оценит все возможности этого изделия и что вы будете пользоваться им с удовольствием долгие годы. Внимательно и полностью прочитайте это руководство перед первым использованием сауны. Рекомендуем сохранить его, чтобы обращаться к нему в дальнейшем.

Иллюстрации в руководстве могут не полностью соответствовать поставляемой версии; они служат главным образом для лучшего понимания текста руководства.

Производитель и поставщик оставляют за собой право вносить изменения в изделие без необходимости обновлять данную инструкцию по монтажу и эксплуатации.

УКАЗАНИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

1. Перед использованием сауны внимательно прочитайте и соблюдайте все указания данного руководства.
2. При монтаже и эксплуатации этого электрического прибора необходимо всегда соблюдать основные меры безопасности. Для питания прибора используйте розетку, установленную в соответствии с действующими техническими нормами и защищённую автоматическим выключателем с соответствующими номинальным током и характеристикой. Рекомендуем, чтобы питание было оснащено также устройством защитного отключения (УЗО) с током срабатывания не более 30 mA, особенно при установке в ванных комнатах и других влажных помещениях.
3. Не используйте сауну в непосредственной близости от воды, например рядом с ванной, на мокром основании или рядом с бассейном и т. п.
4. Сетевой шнур необходимо прокладывать так, чтобы снизить вероятность наступить на него или защемить его предметами, поставленными на него или прислонёнными к нему. Обеспечьте надлежащую защиту сетевого шнура, не оставляйте его лежать на полу, так как это очень опасно. Когда прибор не используется, выньте шнур из розетки и смотайте его. При отключении шнура от розетки тяните за вилку, а не за шнур. Это может повредить шнур или розетку.
5. Перед каждым использованием осматривайте сауну на предмет повреждений и убедитесь, что в ней нет легковоспламеняющихся предметов, особенно рядом с нагревателем.
6. Предупреждение: не прикасайтесь к нагревателям во время работы сауны; их температура превышает 70 °C, и контакт с их поверхностью может вызвать ожоги. Не накрывайте нагреватели – существует опасность возгорания. Не прикасайтесь к наружным стенам в зоне нагревателей во время работы сауны – они могут быть очень горячими, существует опасность ожогов.
7. Если необходимо заменить детали, убедитесь, что запасные части указаны производителем или имеют те же характеристики, что и оригинальные. Использование неразрешённых деталей может привести к пожару, поражению электрическим током или другим опасностям. После ремонта попросите сервисного специалиста провести проверку безопасности, чтобы убедиться, что сауна находится в исправном рабочем состоянии, прежде чем снова ею пользоваться.
8. Прибор не предназначен для использования лицами (включая детей) с пониженными физическими, сенсорными или умственными способностями, если только они не находятся под присмотром или не получили инструкции по использованию прибора от лица, ответственного за их безопасность; лицами, не знакомыми с работой прибора в объёме данной инструкции; лицами, находящимися под действием лекарств, наркотических средств и т. п., снижающих способность быстро реагировать.
9. Не пользуйтесь сауной сразу после интенсивной физической нагрузки. Подождите не менее 30 минут, чтобы тело остыло.

10. Опасность перегрева. Нормальная температура тела не должна подниматься выше 39 °C (103 °F). Симптомы перегрева: головокружение, вялость, сонливость и обморок. Последствиями перегрева могут быть неспособность ощущать жар, физическая неспособность покинуть сауну, неосознание надвигающейся опасности, потеря сознания и вред для плода у беременных женщин. Перегрев повышает внутреннюю температуру тела, поэтому высокие настройки температуры при использовании сауны не рекомендуются.
11. Употребление алкоголя, наркотиков или некоторых лекарств до или во время пользования сауной может привести к потере сознания.
12. Никогда не засыпайте в сауне во время её работы.
13. Не используйте для чистки сауны пароочистители, мойки высокого давления и распылители воды. Применяйте только средства, специально предназначенные для этой цели.
14. Не ставьте никакие предметы на верхнюю часть или на внутренние стены сауны. Не вносите в сауну домашних животных и металлические предметы. Сауна не предназначена для сушки белья.
15. Если сетевой шнур повреждён, его необходимо немедленно заменить силами производителя, его сервисного представителя или специалиста аналогичной квалификации. Если вы заметили, что сетевой шнур слишком горячий, это может указывать на неисправность электрического прибора; в этом случае передайте его на проверку производителю или его сервисному представителю, чтобы избежать опасности.
16. Не пользуйтесь сауной во время грозы, чтобы избежать риска поражения электрическим током.
17. Не включайте и не выключайте многократно питание и систему нагрева, так как это может повредить электрооборудование.
18. Вытирайте руки насухо перед тем, как вставлять вилку сетевого шнура в розетку или вынимать её. Никогда не прикасайтесь к шнуру мокрыми руками или мокрыми босыми ногами, чтобы избежать риска поражения электрическим током. Не касайтесь пальцами металлических контактов розетки или вилки сетевого шнура.
19. Не пользуйтесь сауной, если сетевой шнур повреждён, если сауна работает неправильно или повреждена. Не пытайтесь ремонтировать её самостоятельно; при возникновении проблем обратитесь к своему торговому представителю или к производителю, иначе могут быть нарушены правила безопасности. Попытки несанкционированного ремонта аннулируют гарантию производителя.
20. Убедитесь, что розетка имеет достаточные параметры для работы сауны; если допустимая мощность слишком мала, розетка может перегреться и стать причиной пожара.
21. У некоторых моделей саун с потолочными светильниками температура светильника очень высокая после включения сауны и света. Не прикасайтесь к светильнику, так как он может обжечь кожу. Не прикасайтесь к нему и в течение 20 минут после окончания нагрева.
22. Не лейте воду или другие жидкости на нагревательные блоки и другие электрические устройства и не ударяйте по ним твёрдыми предметами, так как это может вызвать короткое замыкание, которое может привести к пожару или отключению электроэнергии.
23. Данное изделие содержит источник света класса энергоэффективности (G).

КОГДА СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ ПОСЕЩЕНИЯ САУНЫ

1. Рекомендуется не пользоваться сауной в течение 24 часов после воздействия УФ-излучения от искусственных источников или после принятия солнечных ванн.
2. Лекарственные препараты по рецепту: всегда консультируйтесь с врачом или фармацевтом о возможном взаимодействии с вашими лекарствами. Некоторые лекарства, такие как мочегонные, антигистаминные, бета-блокаторы и барбитураты, могут отрицательно влиять на естественную способность организма регулировать тепло. К этой категории относятся как рецептурные, так и некоторые безрецептурные препараты.

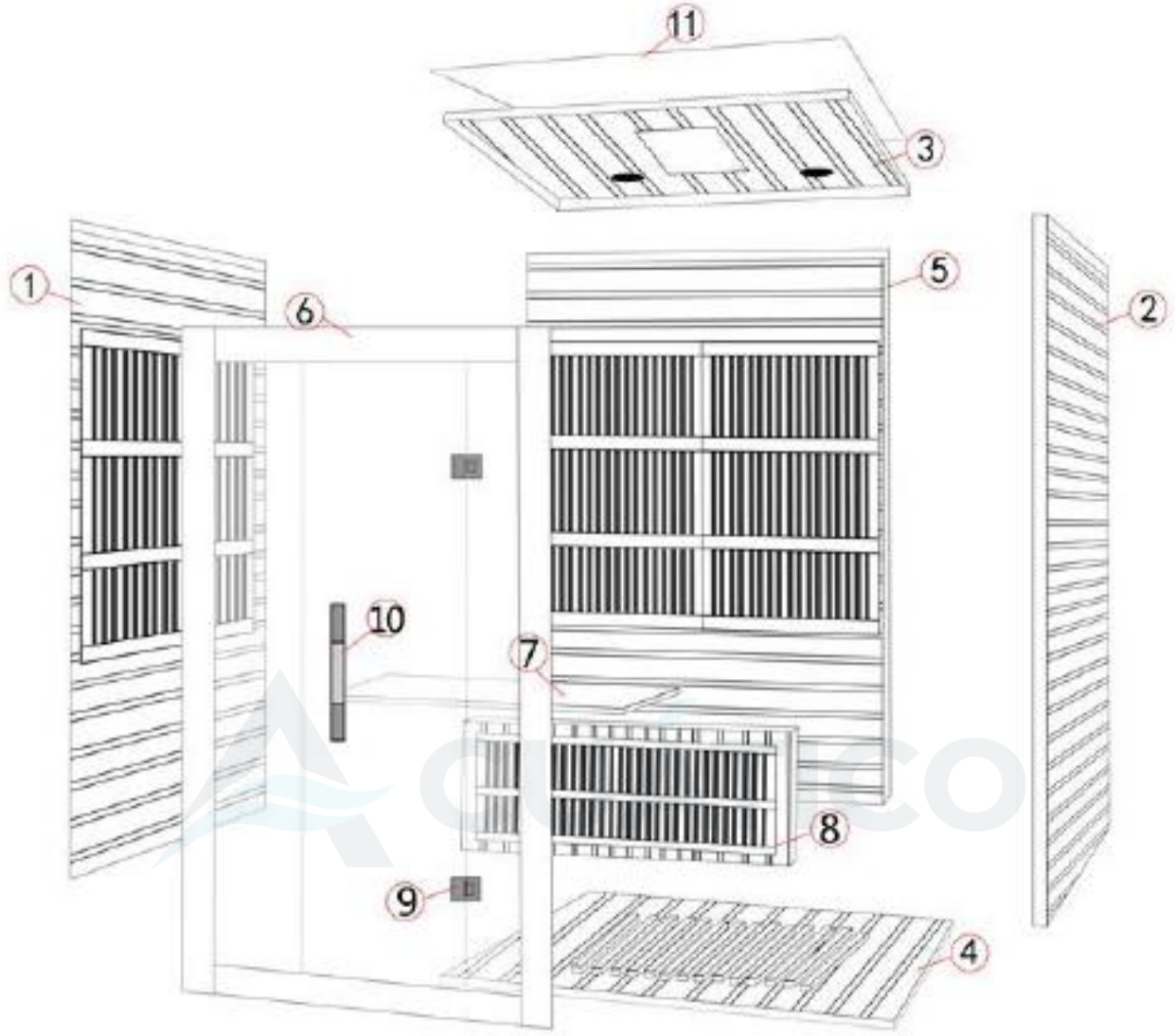
3. Болезни сердца: сауна не подходит пациентам с некоторыми заболеваниями сердца, включая гипертонию или гипотонию, хроническую сердечную недостаточность или нарушения коронарного кровообращения. Если вы страдаете одним из перечисленных заболеваний, длительное пребывание при повышенной температуре может быть опасным, так как его прямое следствие – учащение пульса примерно на 10 ударов (в некоторых случаях до 30) в минуту на каждый градус повышения температуры тела. Это противопоказание распространяется также на пациентов, принимающих лекарства от давления или имеющих кардиостимулятор: некоторые сауны могут содержать магниты, способные повлиять на его работу.
4. Дети и пожилые люди: детям и пожилым людям рекомендуется проконсультироваться с врачом перед посещением сауны. Хотя в целом сауна безопасна и полезна для обеих возрастных групп, температура тела у детей повышается значительно быстрее, чем у взрослых, а их способность регулировать температуру тела с помощью потоотделения ещё не так развита, как у взрослых. Точно так же способность поддерживать оптимальную температуру тела и функция потовых желёз с возрастом снижаются, поэтому в обеих возрастных группах следует соблюдать осторожность и обсуждать посещение сауны с врачом.
5. Проблемы с суставами: острые травмы суставов нельзя прогревать в первые 48 часов или пока не спадут покраснение и отёк. При хронических отёках суставов они могут неблагоприятно реагировать на тепловую терапию.
6. Беременность: во время беременности (или при подозрении на беременность) пользоваться сауной не рекомендуется. При повышении температуры тела может повышаться и температура околоплодных вод, что в крайних случаях может привести к повреждению плода и врождённым порокам развития. Беременные женщины также более склонны к перегреву, приводящему к потере сознания. Сердце и сосуды во время беременности работают с повышенной нагрузкой даже в обычных условиях, чтобы питать развивающийся плод, а при перегреве организма нагрузка на сердце и сосуды возрастает ещё больше. Это приводит к уменьшению притока крови к внутренним органам, включая сердце, что может привести к потере сознания.
7. Некоторые заболевания: повышение внутренней температуры тела может быть неприемлемым для людей с рассеянным склерозом, системной красной волчанкой, диабетической нейропатией, болезнью Паркинсона, опухолями центральной нервной системы или надпочечниковой недостаточностью (например, болезнью Аддисона). Людям с гемофилией или нарушениями свёртывания крови также следует избегать сауны, так как тепло вызывает расширение сосудов. Не рекомендуется пользоваться сауной и людям с повышенной температурой или чувствительностью к жаре. Любой пациент с любым имплантатом должен проконсультироваться с хирургом перед посещением сауны. Как и массаж, сауна не подходит людям с любым инфекционным заболеванием, а также находящимся под действием алкоголя или наркотиков. И, как при любой подобной деятельности: если посещение сауны вызывает дискомфорт, боль или ухудшение самочувствия, немедленно прекратите процедуру.

Если у вас есть какие-либо проблемы со здоровьем, всегда консультируйтесь с врачом перед посещением сауны!

Предупреждение: если покраснение кожи сохраняется более одного дня после посещения сауны, не пользуйтесь сауной повторно и обратитесь к врачу.

ОПИСАНИЕ ИЗДЕЛИЯ

Инфракрасная сауна состоит из деревянной кабины, блока управления и нагревателей. Деревянная кабина включает НИЖНЮЮ ПАНЕЛЬ, ВЕРХНЮЮ ПАНЕЛЬ, ПРАВУЮ ПАНЕЛЬ, ЛЕВУЮ ПАНЕЛЬ, ЗАДНЮЮ ПАНЕЛЬ, ПЕРЕДНЮЮ СТЕКЛЯННУЮ ПАНЕЛЬ (2 СТВОРКИ ДВЕРИ), СКАМЬЮ.



НОМЕР	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛ-ВО
1	ЛЕВАЯ ПАНЕЛЬ	1
2	ПРАВАЯ ПАНЕЛЬ	1
3	ВЕРХНЯЯ ПАНЕЛЬ	1
4	НИЖНЯЯ ПАНЕЛЬ	1
5	ЗАДНЯЯ ПАНЕЛЬ	1
6	ПЕРЕДНЯЯ ПАНЕЛЬ (стеклянная створка)	1
7	Сиденье скамьи	1
8	Боковая панель скамьи	1
9	Дверная петля	2
10	Дверная ручка	1
11	Крышка ВЕРХНЕЙ ПАНЕЛИ	1
	Винты	5
	Уплотнитель двери	2

В зависимости от комплектации в упаковке могут находиться дополнительные принадлежности (держатель для напитков или для полотенец, устанавливаемый в подходящем месте внутри сауны).

БЛОК УПРАВЛЕНИЯ

Блок управления – центр управления сауной. Он смонтирован на ВЕРХНЕЙ ПАНЕЛИ; при сборке необходимо лишь подключить соответствующие кабельные клеммы.



⚠	ОПАСНОСТЬ ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ, НЕ ВСКРЫВАТЬ

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

Перед сборкой внимательно прочитайте руководство. Для сборки сауны необходимы 2 взрослых человека.

Примечание: внимательно прочитайте все указания, прежде чем приступать к монтажу сауны, и помните, что при её использовании всегда необходимо соблюдать основные меры безопасности.

Перед самим монтажом важно выбрать подходящее место для сауны:

1. Сауну можно устанавливать только в помещении с регулируемой температурой и низкой влажностью. Избегайте установки сауны во влажных помещениях с плохой вентиляцией (циркуляцией воздуха). Нагрев сауны вызывает конденсацию влаги воздуха во влажных помещениях, что может отрицательно сказаться на сроке службы электронных компонентов сауны, особенно при длительной эксплуатации.
2. Рекомендуем устанавливать сауну в помещении с температурой воздуха не ниже 15°C. Температура окружающей среды снаружи напрямую влияет на температуру внутри сауны. Если установить сауну в холодном помещении, температура внутри сауны не достигнет указанных максимальных значений.
3. Сауна должна стоять ровно. Необходимо убедиться, что основание под сауной прочное и горизонтальное и способно выдержать вес сауны и пользующихся ею людей. Неровные поверхности необходимо выровнять.
4. Место для сауны должно находиться на безопасном расстоянии от источника проточной воды (ванны, душа, раковины и т. п.).
5. Вблизи сауны, т. е. в пределах досягаемости её сетевого шнура, должна быть установлена розетка 230 V/50 Hz с достаточной защитой по току, соответствующей потребляемому току (мощности) сауны, – см. табличку изделия на сауне. Рекомендуем, чтобы питание было оснащено также устройством защитного отключения (УЗО) с током срабатывания не более 30 mA, особенно при установке в ванных комнатах и других влажных помещениях.
6. Сетевой шнур должен быть легко доступен, чтобы при необходимости его можно было быстро отключить от источника питания.

НЕОБХОДИМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ

Отвёртка, стремянка

ПОРЯДОК СБОРКИ

НИЖНЯЯ ПАНЕЛЬ → ЗАДНЯЯ ПАНЕЛЬ → ПРАВАЯ ПАНЕЛЬ → ЛЕВАЯ ПАНЕЛЬ → БОКОВАЯ ПАНЕЛЬ СКАМЬИ → СИДЕНЬЕ СКАМЬИ → ВЕРХНЯЯ ПАНЕЛЬ → ПЕРЕДНЯЯ ПАНЕЛЬ → КРЫШКА ВЕРХНЕЙ ПАНЕЛИ

Примечание:

1. На деревянных частях сауны, скрытых от глаз, могут быть незначительные повреждения, возникшие при производстве (вмятины, царапины и т. п.), которые не влияют на работу сауны и не ухудшают её окончательный вид.
2. Во время использования сауны в древесине могут появляться небольшие трещины. Это не дефект изделия, а нормальное свойство применяемой древесины.
3. Двери сауны не рассчитаны на герметичное закрывание сауны. Если вы пользуетесь сауной в холодном месте, можно оснастить дверь подходящим уплотнителем.



A. Установите НИЖНЮЮ ПАНЕЛЬ

Установите НИЖНЮЮ ПАНЕЛЬ на месте, где будет стоять сауна. Убедитесь, что она расположена правильно.

CUÁTICO

B. Установите ЗАДНЮЮ ПАНЕЛЬ

Установите ЗАДНЮЮ ПАНЕЛЬ в задней части НИЖНЕЙ ПАНЕЛИ – вдвиньте её. Стенка не будет стоять сама, поэтому её придётся придерживать рукой, прежде чем прикреплять следующую стенку.



C. Установите ПРАВУЮ и ЛЕВУЮ ПАНЕЛИ

Приставьте ПРАВУЮ, а затем ЛЕВУЮ ПАНЕЛЬ к ЗАДНЕЙ ПАНЕЛИ, соедините их зажимами и закрепите к НИЖНЕЙ ПАНЕЛИ прилагаемыми винтами в заранее просверленные отверстия.

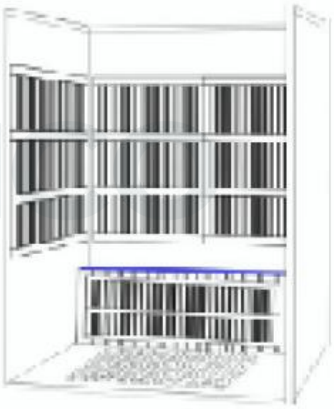




D. Установите СКАМЬЮ

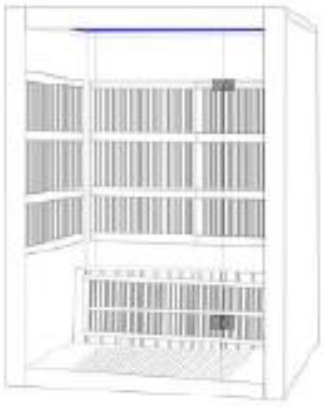
Вставьте боковую часть скамьи в направляющий паз, подключите кабели нагревателей пола и голеней и в завершение установите сиденье скамьи.





E. Установка ВЕРХНЕЙ ПАНЕЛИ

Установите ВЕРХНЮЮ ПАНЕЛЬ на смонтированные панели, подключите кабельные разъёмы с наружной стороны ВЕРХНЕЙ ПАНЕЛИ и закрепите места ЛЕВОЙ и ПРАВОЙ ПАНЕЛИ прилагаемыми винтами в заранее просверленные отверстия.

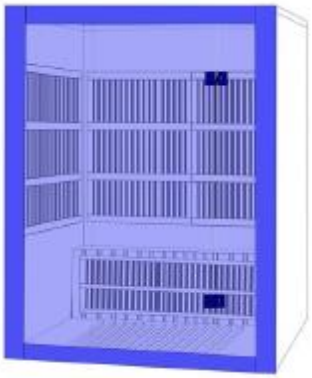






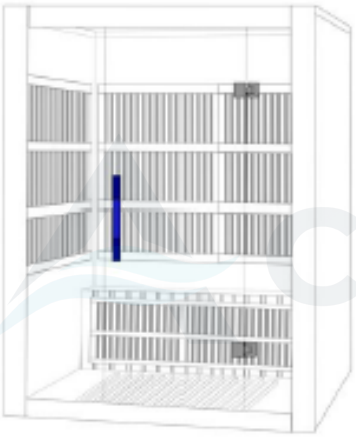
F. Установка стеклянной ПЕРЕДНЕЙ ПАНЕЛИ

Установите переднюю панель на боковые панели с предустановленными наружными застёжками.



G. Установка дверной ручки и ионизатора

Прикрепите винтами ручку к стеклянной створке двери. Прикрепите винтами ионизатор в том месте, где находится разъём для его подключения, – разъём необходимо вытянуть изнутри из потолка инфракрасной сауны.

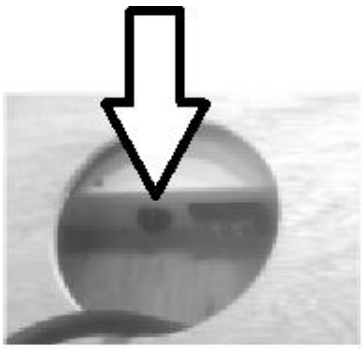




H. Установите ВЕРХНЮЮ КРЫШКУ

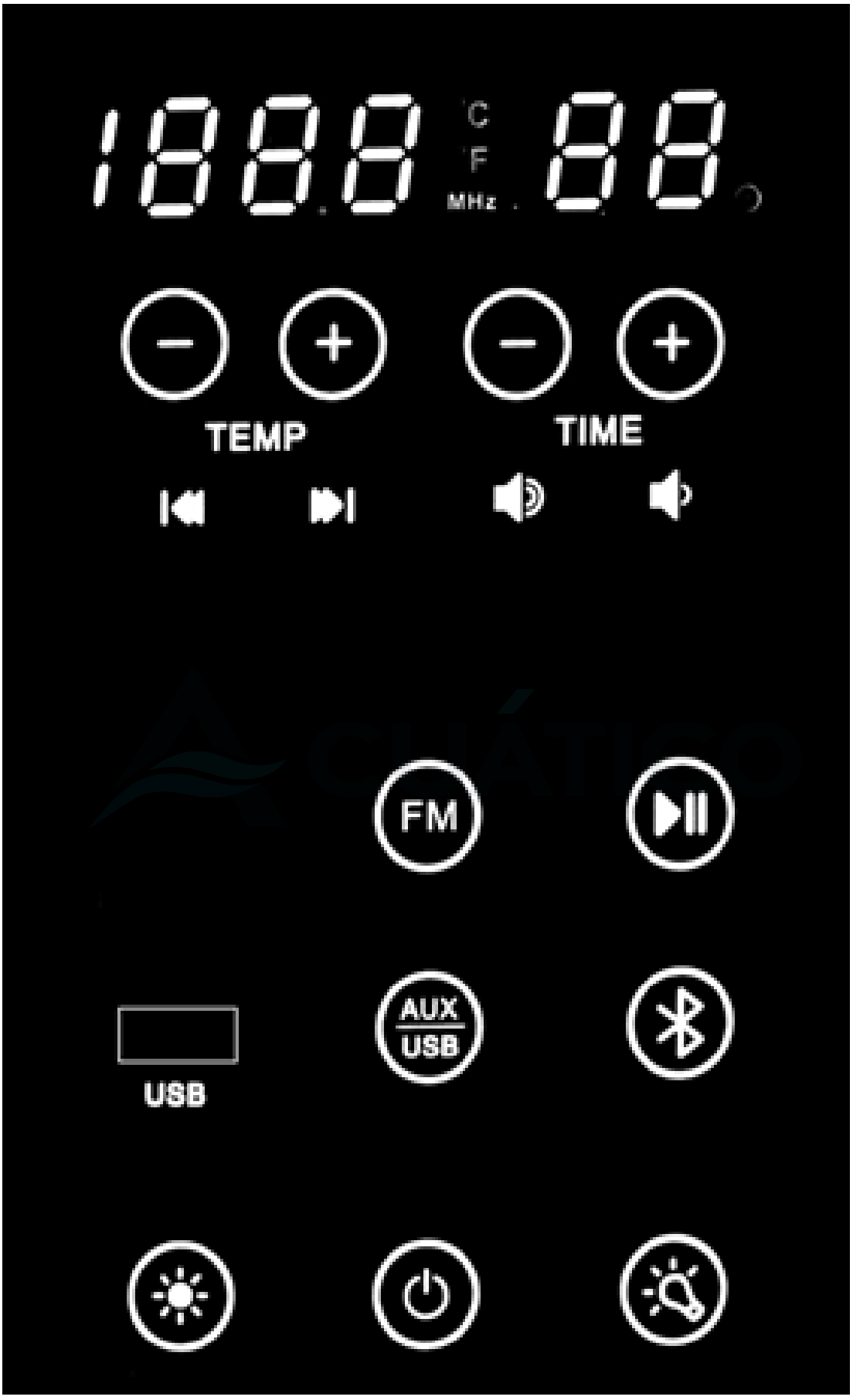
Поднимите ВЕРХНЮЮ КРЫШКУ на верх сауны. Проденьте сетевой шнур через круглое отверстие в ВЕРХНЕЙ КРЫШКЕ и установите ВЕРХНЮЮ КРЫШКУ на ВЕРХНЮЮ ПАНЕЛЬ так, чтобы можно было нажать кнопку защиты от сверхтока на блоке управления. Выровняйте ВЕРХНЮЮ КРЫШКУ на ВЕРХНЕЙ ПАНЕЛИ и после подключения и проверки правильной работы инфракрасной сауны надёжно прикрутите её прилагаемыми винтами.

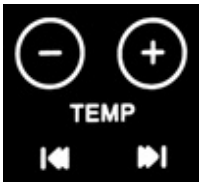
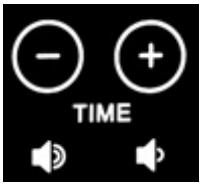
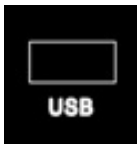






УПРАВЛЕНИЕ ИНФРАКРАСНОЙ САУНОЙ



	включение/выключение сауны	
	LED-хромотерапия	**короткое нажатие –** вкл./выкл. **долгое нажатие –** смена цвета
	Внутреннее/ наружное LED-освещение	**короткое нажатие –** вкл./выкл. **долгое нажатие –** различные сочетания включения/выключения внутреннего и наружного освещения (если оно есть в сауне)
	меню температуры	уменьшение/увеличение температуры **короткое нажатие** шаг 1° **долгое нажатие** быстрая установка температуры
	меню FM	предыдущая/следующая FM-станция
	Bluetooth/USB	предыдущий/следующий MP3-трек
	одновременное нажатие обеих кнопок	переключение между °C и °F
	меню времени	уменьшение/увеличение времени **короткое нажатие** шаг 1 минута **долгое нажатие** более быстрая установка времени
	меню FM/Bluetooth/USB	уменьшение/увеличение громкости
	FM-радио	**короткое нажатие –** вкл./выкл. **долгое нажатие –** автоматический поиск и сохранение всех доступных станций
	Bluetooth	включение/выключение Bluetooth название устройства: BT-AUDIO
	USB	включение/выключение USB (необходимо вставить флеш-накопитель с MP3-музыкой в разъём USB)
	Разъём USB для подключения внешней флеш-памяти с MP3-музыкой	
	меню FM/Bluetooth/USB	функция воспроизведения/паузы музыки

УПРАВЛЕНИЕ ИОНИЗАТОРОМ

Ионизатор генерирует отрицательные ионы и создаёт ароматный и свежий воздух.



Кнопка ION служит для включения ионизатора. При нажатии контрольный светодиод загорается зелёным. Перед использованием сауны и во время него выберите режим «Ion» с 60-минутным циклом генерации отрицательных ионов.

ЧТО ТАКОЕ ИНФРАКРАСНЫЕ ЛУЧИ (IR)

Инфракрасное излучение – это электромагнитная волна, лежащая между диапазоном длин волн видимого света и диапазоном микроволн. Этот луч похож на естественные лучи солнца, которые помогают согревать нашу кожу прямым ИК-излучением даже в холодные дни. 95% энергии углеродного волокна преобразуется в длинноволновые инфракрасные лучи с длиной волны от 5 до 17 микрон. Солнце производит длинноволновые инфракрасные лучи с длиной волны 9,4 микрона.

Волна (mm)		0,2	0,4	0,75	1000
Гамма-лучи	Рентген	Ультрафиолет	Видимое	Инфракрасное	Микроволны

Коротковолновое ИК	Средневолновое ИК	Длинноволновое ИК	Микроволны
0,75	1,5	5,5	1000

ИНФРАКРАСНОЕ ИЗЛУЧЕНИЕ БЕЗОПАСНО Инфракрасное излучение необходимо практически для всех сторон жизни на нашей планете. Помимо того что оно дарит людям тепло, инфракрасное излучение может также улучшать здоровье организма на клеточном уровне. Эта технология настолько безопасна, что уже много лет применяется в родильных залах больниц, помогая новорождённым достичь комфортной температуры тела.

ЭТО НЕ ТЕПЛОВАЯ КАМЕРА Когда люди слышат слово «сауна», они обычно представляют себе паровую сауну, где высокая температура и высокая влажность вызывают потоотделение. Например, паровая сауна похожа на обычную плиту, которая готовит еду, нагревая её до очень высокой температуры. Инфракрасная сауна, напротив, больше похожа на микроволновую печь: она вырабатывает энергию, которая нагревает продукты и возбуждает молекулы воды внутри них, тем самым готовя их. Инфракрасная сауна вырабатывает энергию, которая согревает ваше тело и запускает нужные реакции без необходимости достигать внутри кабины очень высоких (и некомфортных) температур. Из-за воздействия инфракрасных лучей на человеческое тело потоотделение в инфракрасной сауне начинается при гораздо более низких температурах, чем в паровой сауне.

ЧТО ПРОИСХОДИТ ВНУТРИ Вы сразу почувствуете тепло, создаваемое инфракрасными нагревателями.

Длина волны этого тепла позволяет лучам проникать сквозь кожу и прогревать тело под поверхностью. Это возбуждает молекулы воды, накопленные в жировом слое непосредственно под кожей, и вы начинаете потеть. Большинство людей начинают потеть примерно через 20 минут, хотя это время сокращается при более частом посещении сауны. Пот также позволяет организму очищаться, так как токсичные вещества, которые организм выводил из кровотока и накапливал в жировом слое, теперь могут выходить на поверхность кожи с потом. Прямое тепло также вызывает расширение сосудов (усиливая кровообращение) и учащает дыхание и сердцебиение. При выработке пота организм также сжигает калории. Рекомендуется пить воду до, во время и после сеанса сауны, чтобы организм не обезвоживался.

Кроме того, будьте внимательны к тому, что вы берёте с собой в инфракрасную сауну. Некоторые металлы поглощают инфракрасные лучи и во время сеанса могут сильно нагреваться.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ИНФРАКРАСНОЙ САУНОЙ

- Наилучшим образом использовать потенциал инфракрасной терапии можно, установив максимальную температуру. Тогда ваше тело будет получать полную мощность инфракрасного излучения в течение всего сеанса. Если установить более низкую температуру, нагреватели будут постоянно выключаться и снова включаться, поддерживая заданную температуру. Поскольку прямое действие инфракрасных лучей намного сильнее действия высокой температуры в самой сауне, на отдельных промежутках сеанса вы теряли бы часть терапевтического эффекта. Помимо понижения заданной температуры, температуру внутри сауны можно в определённой степени регулировать, перемещая потолочную вентиляцию или слегка приоткрывая дверь.
- Перед посещением сауны полезно принять душ и вытереться.
- Не пользуйтесь сауной сразу после интенсивной физической нагрузки. Подождите не менее 15 минут, чтобы тело остыло.
- Используйте не менее 2–3 полотенец или банных полотенец. Сидите на одном банном полотенце, сложенном несколько раз, чтобы сидеть мягко. Положите другое полотенце на пол, чтобы оно впитывало пот, а третье – на колени, чтобы часто вытирать пот. Это способствует дальнейшему потоотделению.
- Возьмите с собой в сауну жёсткую мочалку или полотенце и вытирайте им лицо, когда начнёте потеть. Это удалит омертвевшие клетки кожи, кожа омолодится и будет выглядеть более гладкой. То же самое можно делать и на других частях тела с помощью полотенца, щётки или соли для пилинга.
- Лучшее время для сауны – утро, если у вас есть возможность встать на 30 минут раньше. Вскоре после пробуждения слегка разомните тело, затем пропотейте в инфракрасной сауне, примите душ и в завершение выпейте несколько стаканов чистой воды. Трудно найти лучший источник энергии на предстоящий день. С другой стороны, если у вас проблемы со сном, можно ходить в сауну вечером. Спокойное, расслабленное состояние после сауны поможет вам легче и лучше засыпать.
- При использовании инфракрасной сауны лучше всего сидеть, а не лежать. Нагреватели расположены так, чтобы человек, сидящий прямо, со ступнями на уровне скамьи, получал наибольшую пользу от излучения.
- Не имеет значения, какая температура в инфракрасной сауне, когда вы в неё входите. Заметное потоотделение начинается лишь примерно через 15 минут. Поэтому нет необходимости ждать полного прогрева сауны. Лучше всего войти в неё, когда она включена, и прогреваться вместе с ней.
- Принимать душ сразу после сауны нежелательно. Поскольку тело прогрелось во время сеанса, оно продолжит потеть ещё некоторое время после выключения нагревательных блоков, даже после того, как вы покинете сауну. Посидите в сауне с открытой дверью и дайте телу потеть, пока оно остывает. Когда вы почувствуете себя достаточно комфортно, примите тёплый (не холодный) душ, чтобы полностью смыть пот с тела. После сауны не рекомендуется пользоваться мылом, гелями для душа и другими средствами, так как поры будут открыты и эти вещества могут их засорить.
- После сеанса сауны важно восполнить жидкость, потерянную во время сеанса. Идеальный напиток – простая вода, которая не возвращает организму калории, сожжённые во время сеанса.
- После окончания сеанса удалите воду и пот изнутри слегка влажной тканью (см. далее главу УХОД ЗА ВАШЕЙ САУНОЙ) и оставьте дверь открытой, чтобы внутри сауны проветрилось.

УХОД ЗА ВАШЕЙ САУНОЙ

Очень важно регулярно чистить сауну:

- Подметайте или пылесосьте пол и скамьи.
- Протирайте стены там, где к ним прикасались, – то есть над скамьями, вокруг дверей и панелей управления
- используйте тёплую воду с мягким мыльным моющим средством и чистую ткань, затем протрите чистой влажной тканью
- Избегайте агрессивных чистящих средств, которые могут обесцветить древесину или даже оставить следы химических веществ, способных выделяться при нагреве. Рекомендуем использовать только средства, специально предназначенные для чистки инфракрасных саун, например Saunareiniger.
- Не используйте слишком мокрую ткань, так как древесина может потемнеть.
- При пользовании сауной всегда используйте полотенце для впитывания пота. В целом кожа не должна непосредственно соприкасаться с поверхностями сауны, т. е. скамьями, стенами или спинками.
- Никогда не используйте для чистки сауны пароочистители, мойки высокого давления и распылители воды.
- Никогда не лейте воду и не обливайте водой внутреннюю и наружную часть инфракрасной сауны.
- Никогда не используйте внутри сауны краски, морилки и другие химические покрытия – под действием тепла такие покрытия могут выделять пары
- Для пропитки древесины и защиты её от влаги скамьи и другие открытые деревянные части сауны можно регулярно обрабатывать парафиновым маслом, которое к тому же подчёркивает естественный рисунок древесины.

ПРЕИМУЩЕСТВА ВАШЕЙ САУНЫ

Преимущества инфракрасной терапии изучаются уже несколько десятилетий в Японии, Европе, а в последнее время и в США. У людей, регулярно посещающих инфракрасные сауны, наблюдались следующие благоприятные эффекты:

- снижение артериального давления
- уменьшение скованности суставов
- снижение веса
- укрепление сердечно-сосудистой системы
- снижение уровня сахара в крови
- усиление кровотока
- снижение уровня холестерина и триглицеридов
- облегчение мышечных судорог
- облегчение боли
- восполнение энергии и снятие стресса
- повышение силы и жизненных сил организма
- повышение растяжимости коллагеновой ткани
- Сауна помогала при воспалительных инфильтратах, отёках и выпотах
- Сауна помогает при лечении акне, экземы, псориаза, ожогов, а также повреждений и порезов кожи
- Сауна помогает быстрее заживать открытым ранам, и при её использовании остаётся меньше шрамов.
- улучшает цвет и эластичность кожи
- помогает при лечении целлюлита, крапивницы, подагры, повреждений тканей и гипертрофии простаты
- укрепляет иммунную систему
- помогает снизить риск травм, если использовать её для разогрева мышц перед растяжкой и тренировкой
- выводит токсины из организма
- помогает при лечении бронхита (воспаления бронхов)

ВАЖНОЕ ЗАМЕЧАНИЕ

Инфракрасные лучи, излучаемые вашей инфракрасной сауной, признаны обладающими широким спектром возможных терапевтических преимуществ и эффектов, что подтверждено исследованиями, проведёнными в разных частях мира. Эти преимущества приведены здесь только в справочных целях и не означают и не должны истолковываться как означающие, что инфракрасные сауны являются средством лечения или излечения какого-либо заболевания. Если вы принимаете лекарства по рецепту, у вас острые проблемы с суставами или любое другое заболевание, проконсультируйтесь с врачом, прежде чем начинать регулярные сеансы инфракрасной сауны. Люди с хирургическими имплантатами (металлическими штифтами, гвоздями, искусственными суставами, силиконом или другими имплантатами), как правило, не испытывают отрицательных эффектов, но всё же должны проконсультироваться с врачом перед началом инфракрасной терапии.

КАК РАБОТАЕТ ПРИБОР

Инфракрасные сауны выпускаются с нагревателями двух типов – керамическими или карбоновыми.

Керамические нагреватели вырабатывают инфракрасное излучение благодаря тонким стеклянным трубкам, расположенным по всей сауне. При генерации инфракрасного излучения они выделяют очень интенсивное тепло и значительно нагреваются (250–300 °C). Они всегда защищены, чтобы никогда не соприкасаться с кожей напрямую. Сауна с керамическими нагревателями обычно прогревается быстрее, чем сауна с карбоновыми нагревателями. Их стоимость ниже, а срок службы составляет примерно 8000 часов.

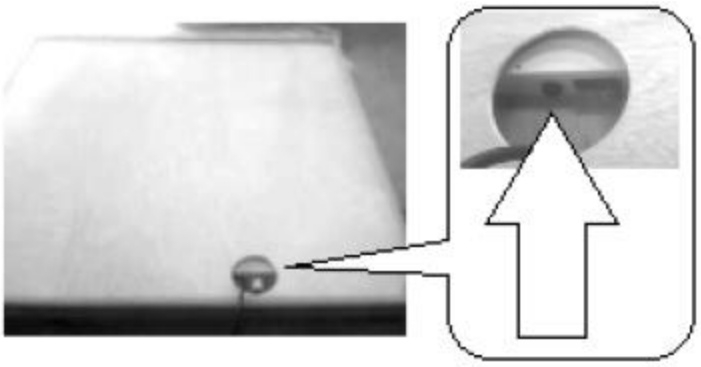
Нагревательный блок с углеродным волокном состоит в основном из металлического нагревательного катода и углеродного волокна. Когда электрический ток проходит через металлический нагревательный катод, углеродное волокно нагревается и затем излучает длинноволновые инфракрасные лучи. Карбоновые нагреватели нагреваются немного медленнее, но распределение инфракрасных лучей намного более равномерное и эффективное. Температура их поверхности достигает 70–170 °C. Доля инфракрасных волн длинноволнового спектра выше, чем у керамических нагревателей, поэтому они проникают в ткани легче и глубже, что несколько усиливает терапевтический эффект. Стоимость покупки немного выше, но эксплуатационные расходы ниже, а срок службы составляет примерно 12 000 часов.

ЗВУКОВАЯ СИГНАЛИЗАЦИЯ

Некоторые типы саун могут иметь функцию одиночного или повторяющегося звукового сигнала в ответ на нажатие кнопок, достижение заданной температуры или времени.

ПОИСК НЕИСПРАВНОСТЕЙ

Панель управления не работает.	Проверьте кабель панели управления.
	Обратитесь в авторизованный сервис.
Индикатор питания не горит.	Снова нажмите защиту от сверхтока в отверстии крышки ВЕРХНЕЙ ПАНЕЛИ, см. рисунки ниже.



Светильник для чтения не работает.	Проверьте и подключите кабель лампы.
	Обратитесь в авторизованный сервис.
Нагревается только часть нагревателя.	Нагреватель неисправен – обратитесь в авторизованный сервисный центр.
	Разъём нагревателя подключён неправильно – подключите его надёжно.
	Разъём нагревателя сгорел – обратитесь в авторизованный сервисный центр.
Не нагреваются нагреватель голеней или нагреватель пола.	Кабель за БОКОВОЙ ПАНЕЛЬЮ СКАМЬИ неплотно подключён к гнезду на ЗАДНЕЙ ПАНЕЛИ – подключите его надёжно.
Вся сауна не нагревается.	Разъём кабеля панели управления ослаб – надёжно подключите разъёмы панели управления заново.
	Панель управления повреждена – обратитесь в авторизованный сервисный центр.
	Блок управления повреждён – обратитесь в авторизованный сервисный центр.

УСЛОВИЯ ГАРАНТИИ, СЕРВИС И ЗАПАСНЫЕ ЧАСТИ

Гарантийный срок указан в кассовом чеке, но составляет не менее 24 месяцев и начинается со дня получения изделия, который необходимо подтвердить оригиналом кассового чека. Гарантия распространяется на дефекты, имеющиеся у изделия при получении, а также на доказуемые производственные дефекты, проявившиеся в течение гарантийного срока. Гарантия не распространяется на естественный износ изделия и его частей, а также на повреждения, вызванные несоблюдением инструкции по эксплуатации, отсутствием обслуживания, ненадлежащим использованием, умышленным повреждением, непрофессиональным вмешательством, изменением конструкции или ремонтом с использованием неоригинальных деталей, а также внешними воздействиями (окисление, коррозия, затопление и т. п.). Ремонт в гарантийный срок могут выполнять только авторизованные мастерские или сервисная служба производителя.

Примечание: рекомендуем записать модель и серийный номер изделия на случай гарантийных претензий, получения запасной части или обращения в сервис (эти номера указаны на табличке с серийным номером на ЗАДНЕЙ ПАНЕЛИ сауны).

Номер модели	
Серийный номер	

Примечание: удаление наклейки с серийным номером может привести к отклонению претензии.

УТИЛИЗАЦИЯ



Упаковка состоит из материалов, которые можно сдать на переработку в муниципальных пунктах приёма отходов или в контейнерах для сбора.



Берегите окружающую среду! Не выбрасывайте электрооборудование вместе с бытовыми отходами!
В соответствии с европейской директивой 2012/19/ЕС отслужившее электрооборудование необходимо собирать отдельно и сдавать на экологически безопасную переработку. Информацию о том, как утилизировать старое оборудование, можно получить в местных органах власти.



Mountfield a.s., Mirošovická 697, 251 64 Mnichovice

www.mountfield.cz mountfield@mountfield.cz