

## INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA SAUNY

Przed pierwszym użyciem zaleca się zaimpregnowanie zewnętrznej strony sauny środkiem do impregnacji drewna do stosowania zewnętrznego, natomiast strony wewnętrznej olejem do drewna. Zalecamy, żeby drzwi były impregnowane środkiem do impregnacji drewna, zarówno wewnątrz jak i na zewnątrz w celu zabezpieczenia ich przed deformacjami.

Saunę należy ułożyć na wypoziomowanym i utwardzonym podłożu.

Wszelkie instalacje elektryczne powinny być wykonane przez wykwalifikowanego elektryka zgodnie z obowiązującymi przepisami i instrukcją producenta pieca.

Zasady ogólne: Przed skorzystaniem z sauny należy upewnić się, że stan Twojego zdrowia pozwala na swobodne korzystanie z sauny, jeżeli istnieją choćby najmniejsze przesłanki żeby z niej nie korzystać należy skontaktować się z lekarzem. Nie należy korzystać z sauny pod wpływem alkoholu, środków odurzających lub silnie działających leków. Nie powinno się również korzystać z sauny na czczo lub po zbyt obfitym posiłku a także po wysiłku psychicznym lub fizycznym.

### SAUNOWANIE

- Nie należy korzystać z sauny samemu. Dla własnego bezpieczeństwa korzystaj z sauny w towarzystwie przynajmniej jednej osoby. Osób chorych, niepełnosprawnych oraz dzieci nie wolno pozostawiać bez opieki,
- Zdejmij metalowe ozdoby oraz biżuterię - grozi popażeniem,
- Przed rozpoczęciem saunowania należy umyć ciało pod prysznicem, a następnie dokładnie wytrzeć,
- W trakcie kąpieli kamienie polewaj wodą (polewanie innymi substancjami nie jest wskazane),
- Uważaj na siebie- podłoga w saunie może być śliska.
- Czas kąpieli zależy indywidualnie od samopoczucia, jednak zalecany pobyt powinien trwać od 8 do 15 minut,
- Po wyjściu z sauny należy schłodzić ciało, należy wziąć zimny prysznic rozpoczynając schładzanie od stóp w kierunku serca,
- Po schłodzeniu należy odpocząć i uzupełnić poziom płynów w organizmie wodą mineralną.

## **Uwagi eksploatacyjne dotyczące bezpiecznego użytkowania sauny ogrodowej**

**Sauna ogrodowa jest wersją podstawową bez wyposażenia:**

- w piec do ogrzewania sauny opalany drzewem lub piec elektryczny o napięciu 400V
- w instalacje elektryczne o napięciu 230/400V
- w zabezpieczenia zapewniające bezpieczne użytkowanie sauny.

**Aby bezpiecznie użytkować saunę Użytkownik musi wykonać przed jej użytkowaniem niżej wymienione wymogi w zależności od rodzaju pieca zamontowanego w saunie. Saunę należy użytkować zgodnie z instrukcją użytkowania obejmującą poniższe wytyczne.**

**Do obowiązków Użytkownika sauny ogrodowej przeznaczonej do wyposażenia w piec drzewny przed jej przekazaniem do użytkowania należy wykonać następujące wymogi dotyczące bezpiecznego jej użytkowania. Użytkownik sauny przed jej uruchomieniem musi wykonać:**

- wentylację grawitacyjną przy wyposażeniu w piec drzewny ( otwory wlotowe w dole drzwi, otwory wylotowe w górnej części nad piecem drzewnym),
- W saunie ogrodowej wyposażonej w piec drzewny należy zamontować czujnik wykrywania czadu,
- W saunie ogrodowej wyposażonej w piec drzewny należy zamontować włącznik bezpieczeństwa uruchamiany w przypadku zasłabnięcia użytkownika sauny, podłączony do sygnalizacji dźwiękowej,
- W saunie ogrodowej wyposażonej w piec drzewny należy wykonać gniazdo do podłączenia zewnętrznego zasilania energią elektryczną o napięciu 230V,
- W saunie ogrodowej wyposażonej w piec drzewny można wykonać zasilanie elektryczne prądem stałym o napięciu 24V z baterii elektrycznej zamontowanej w saunie,
- W saunie ogrodowej wyposażonej w piec drzewny należy wykonać izolację termiczną przewodów dymowych poprzez obłożenie watą izolacyjną chroniącą przypadkowych ludzi przed poparzeniem. W szczególności należy zabezpieczyć przejście rury przez drewnianą ścianę, aby zabezpieczyć ją przed zapaleniem i pożarem sauny. W rejonie pieca opalanego drewnem należy zabezpieczyć podłogę blachą chroniącą podłogę przed wypadającymi z pieca palącymi się szczapami.

**Do obowiązków Użytkownika sauny ogrodowej przeznaczonej do wyposażenia jej w piec elektryczny o napięciu 400 V przed jej przekazaniem do użytkowania należy wykonać następujące wymogi dotyczące bezpiecznego jej użytkowania. Użytkownik sauny przed jej uruchomieniem musi wykonać:**

- w saunie ogrodowej wyposażonej w piec elektryczny o napięciu 400 V należy zamontować włącznik bezpieczeństwa uruchamiany w przypadku zasłabnięcia użytkownika sauny, podłączony do sygnalizacji dźwiękowej,
- W saunie ogrodowej wyposażonej w piec elektryczny o napięciu 400 V należy wykonać instalację trójfazową zasilania sauny energią elektryczną o napięciu 230/400 V.