



*Finská  
sauna*  
**PALO**



Děkujeme vám za to, že jste si vybrali naši finskou saunu, a blahopřejeme vám k vašemu nákupu. Jsme přesvědčeni, že si celá vaše rodina užije vše, co tento výrobek nabízí, a že jej budete rádi využívat po nadcházející léta. Prostudujte si pečlivě a podrobně tento návod předtím, než přistoupíte k prvnímu použití sauny. Doporučujeme vám, abyste si tento návod uchovali pro účely pravidelných ověření a budoucích odkazů.

Vyobrazení uvedená v návodu nemusí přesně odpovídat dodanému provedení; tyto slouží zejména pro lepší pochopení textu návodu.

Výrobce a dodavatel si vyhrazují právo na provádění změn výrobku bez nutnosti aktualizace tohoto návodu k instalaci a použití.

### **BEZPEČNOSTNÍ POKYNY**

1. Před použitím sauny si pečlivě prostudujte všechny pokyny tohoto návodu a dodržujte je.
2. Když budete instalovat a používat toto elektrické zařízení, měli byste vždy dodržet základní bezpečnostní opatření. K napájení tohoto spotřebiče používejte zásuvku napájecího obvodu, která je instalována podle platných technických norem a která je jištěna jističem s odpovídající proudovou hodnotou a charakteristikou. Doporučujeme napájecí přívod osadit i proudovým chráničem s vybavovacím proudem nepřesahujícím 30 mA, zejména při instalaci v koupelnách nebo jiných vlhkých prostorech.
3. Nepoužívejte vaši saunu v bezprostřední blízkosti vody, například blízko vany nebo na mokřem základu nebo v blízkosti bazénu atp.
4. Přívodní kabel by měl být směřován tak, aby byla omezena pravděpodobnost, že na něj šlápnete nebo že dojde k jeho sevření prvky, jež budou umístěny na tomto kabelu nebo proti němu. Zajistěte řádnou ochranu přívodního kabelu, nepokládejte ho rovně na podlahu, neboť je to velmi nebezpečné. Když nebudete zařízení používat, vytáhněte kabel ze zásuvky a stočte jej. Přívodní kabel odpojujte od zásuvky tahem za jeho vidlici, nikoli za šňůru. Mohlo by dojít k poškození kabelu nebo zásuvky.
5. Před každým zapnutím sauny ji prohlédněte, zda nejeví známky poškození, a zkontrolujte, ujistěte se, že se v sauně a zejména v blízkosti kamen nenacházejí hořlavé předměty.
6. Varování: Za provozu sauny se nedotýkejte kamen; jejich teplota přesahuje 70 °C a kontakt s jejich povrchem může způsobit popáleniny. Nezakrývejte kamna, hrozí riziko požáru. Za provozu sauny se nedotýkejte vnější části stěn kamen – mohou být velmi horké, hrozí riziko popálení
7. Když bude nutné vyměnit některé díly, ujistěte se, že jsou příslušné náhradní díly specifikovány výrobcem nebo mají stejné charakteristiky jako původní díly. Použití neautorizovaných dílů může vést k požáru, úrazu elektrickým proudem nebo jiným nebezpečím. Po opravě požádejte servisního technika o provedení bezpečnostních kontrol, aby bylo možno stanovit, že sauna je již v řádném provozním stavu, poté ji budete moci opět používat.
8. Zařízení není určeno pro použití osobami (včetně dětí) se sníženými fyzickými, smyslovými nebo mentálními schopnostmi, pokud není zajištěn jejich dohled a instruktáž odpovědnou osobou; osobami, které nejsou seznámeny s obsluhou v rozsahu tohoto návodu; osobami pod vlivem léků, omamných prostředků apod., snižujících schopnost rychlé reakce.
9. Nepoužívejte saunu bezprostředně po namáhavém cvičení. Počkejte alespoň 30 minut, abyste umožnili svému tělu provést ochlazení.

10. Nebezpečí přehřátí. Normální tělesná teplota by neměla stoupnout nad 39 °C (103 °F). Mezi příznaky nadměrného přehřátí organismu patří závratě, letargie, ospalost a mdloby. Následky nadměrného přehřátí organismu mohou zahrnovat neschopnost vnímat teplo, tělesnou neschopnost opustit saunu, neuvědomění si hrozícího nebezpečí, ztráta vědomí a poškození plodu u těhotných žen. Při přehřátí dochází ke zvýšení vnitřní teploty vašeho těla, a proto se nedoporučuje vysoké nastavení teploty pro saunování.
11. Použití alkoholu, drog nebo některých léků před saunováním nebo během saunování může vést ke ztrátě vědomí.
12. Nikdy neusínejte uvnitř sauny, když je sauna v pracovním režimu.
13. K čištění sauny nepoužívejte parní čističe, vysokotlaké čističe ani rozprašovače vody. Používejte pouze přípravky, které jsou k tomuto účelu přímo určeny.
14. Neukládejte žádné předměty na horní nebo vnitřní stěny sauny. Do sauny nevnášejte domácí zvířata, kovové předměty. Sauna není určena k sušení prádla.
15. Jestliže dojde k poškození přívodního kabelu, musíte zajistit okamžitou výměnu tohoto kabelu přes výrobce nebo jeho zástupce nebo obdobně kvalifikovanou osobu. Pokud zjistíte, že je přívodní kabel příliš horký, může to znamenat, že došlo k problému s elektrickým zařízením, v tomto případě si vyžádejte kontrolu od výrobce nebo jeho zástupce, abyste zabránili nebezpečí.
16. Nepoužívejte saunu během elektrické bouře, abyste zabránili nebezpečí úrazu elektrickým výbojem.
17. Nezapínejte ani nevypínejte opakovaně napájecí a topný systém, neboť by mohlo dojít k poškození elektrického zařízení.
18. Osušte si ruce předtím, než budete vkládat vidlici přívodního kabelu do zásuvky napájecího obvodu nebo ji budete z tohoto obvodu vytahovat. Nikdy se kabelu nedotýkejte mokřýma rukama nebo mokřými holými chodidly, abyste předešli nebezpečí úrazu elektrickým proudem. Nedotýkejte se prsty kovových vývodů zásuvky ani vidlice přívodního kabelu.
19. Nepoužívejte saunu, má-li poškozen přívodní kabel, nefunguje-li správně nebo je-li poškozena. Nepokoušejte se sami o jakoukoliv opravu; pokud budete mít jakýkoliv problém, obraťte se na prodejního zástupce nebo výrobce, jinak může dojít k porušení bezpečnostních zásad. Neoprávněné pokusy o opravu budou vést k neplatnosti záruky výrobce.
20. Ujistěte se, že zásuvka pro připojení do sítě elektrického napájení má dostatečné parametry pro činnost sauny; pokud bude silný příkon, mohlo by dojít k přehřívání zásuvky a případně i ke způsobení požáru.
21. U některých modelů sauny se střešními světly je teplota světla velmi vysoká, jakmile zapnete saunu a rozsvítíte světlo. Nedotýkejte se světla, mohlo by dojít k popálení kůže. Rovněž se tohoto světla nedotýkejte po dobu 20 minut po ukončení ohřevu.
22. Nelijte vodu ani jiné kapaliny do částí kamen, které pro to nejsou určeny, ani na jiná el. zařízení, ani do nich nenarážejte žádným tvrdým předmětem, neboť by mohlo dojít ke zkratu, který by mohl způsobit požár nebo výpadek elektrické sítě.
23. Tento výrobek obsahuje světelný zdroj energetické třídy (G).

### **KDY SE VYVAROVAT POUŽÍVÁNÍ SAUNY**

1. Doporučuje se, aby se sauna nepoužívala do 24 hodin po vystavení UV záření umělých zdrojů nebo sluneční lázně.
2. Léky na předpis: vždy se poradte se svým lékařem nebo farmakologem ohledně možné interakce s účinky Vašich léků. Některé léky, jako např. diuretika, antihistaminy, beta-blokátory a barbituráty mohou negativně ovlivnit přirozenou schopnost těla regulovat teplo. Do této kategorie spadají jak léky na předpis, tak i některé volně prodejné.

3. Srdeční choroby: saunová terapie je nevhodná pro pacienty s některými srdečními chorobami včetně hypertenze nebo hypotenze, chronického srdečního selhání nebo problémy s koronární cirkulací. Pokud trpíte jednou z výše uvedených chorob, dlouhé vystavování se zvýšeným teplotám může být nebezpečné, neboť jeho přímým důsledkem je zvyšování srdeční frekvence asi o 10 tepů (v některých případech však až o 30) za minutu za každý stupeň zvýšené tělesné teploty. Tato kontraindikace se týká i pacientů s léky na úpravu tlaku nebo s kardiostimulátorem – některé sauny totiž mohou obsahovat magnety, které mohou jeho činnost ovlivnit.
4. Děti a staří lidé: děti a staří lidé jsou dvě věkové skupiny, u kterých je před saunováním doporučena konzultace s lékařem. Ačkoli pro obě tyto věkové skupiny platí, že obecně je pro ně používání sauny bezpečné a zdraví prospěšné, tělesná teplota u dětí vzrůstá znatelně rychleji než u dospělých a jejich termoregulační schopnost za pomoci pocení není ještě tak vyvinutá jako u dospělých jedinců. Obdobně schopnost udržovat optimální tělesnou teplotu a funkce potních žláz se s přibývajícím věkem snižuje, takže u obou těchto věkových skupin je zapotřebí dbát opatrnosti a saunovou terapii konzultovat se svým lékařem.
5. Problémy s klouby: akutní kloubní zranění by nemělo být zahříváno během prvních 48 hodin, nebo dokud zarudnutí a otok neodezní. V případech chronických otoků kloubů je možné, že nebudou na tepelnou terapii reagovat příznivě.
6. Těhotenství: během těhotenství (nebo i podezření na těhotenství) není používání sauny doporučeno. Se zvyšováním tělesné teploty může totiž docházet i ke zvyšování teploty amniotické tekutiny, což by v extrémních případech mohlo vést až k poškození plodu a vrozeným vadám. U těhotných žen lze také mnohem snáze dojít k přehřátí organismu vedoucímu až k bezvědomí. Srdce a cévy v těhotenství pracují i za normálního stavu ve zvýšeném výkonu, aby dokázaly vyživovat vyvíjející se plod a pokud dojde k přehřátí organismu, nároky na srdce a cévy se ještě zvýší. To má za následek snížení proudění krve do vnitřních orgánů včetně srdce, což může vést ke ztrátě vědomí.
7. Některé choroby: zvyšování vnitřní teploty může být nevhodné pro jedince s roztroušenou sklerózou, systémovým lupus erythematoses, diabetickou neuropatií, Parkinsonovou chorobou, nádory centrálního nervového systému nebo adrenalinovou nedostatečností (jako například Addisonova choroba). Lidé trpící hemofilií nebo krvácivými stavy by se také měli používání sauny vyvarovat, neboť teplo způsobuje rozšiřování cév. Lidem trpícím horečkou nebo citlivým na teplo se používání sauny rovněž nedoporučuje. Každý pacient s jakýmkoli implantátem by však měl použití sauny konzultovat se svým chirurgem. Stejně jako u masáží není použití sauny vhodné při jakémkoli infekčním onemocnění, pod vlivem alkoholu či drog. A jako při každé podobné činnosti platí: Pokud Vám saunování působí pocity nepohodlí, či dokonce bolesti nebo zhoršování zdravotního stavu, okamžitě jej přerušete.

Pokud máte jakékoli zdravotní problémy, vždy konzultujte užívání sauny se svým ošetřujícím lékařem!

Upozornění: Jestliže přetrvává zčervenání pokožky po použití sauny déle než jeden den, neopakujte použití sauny a poraďte se se svým lékařem.

## **PŘEDSTAVENÍ VÝROBKU**

Finská sauna je tvořena dřevěnou kabinou, saunovými kamny a saunovým příslušenstvím. Dřevěná kabina obsahuje SPODNÍ DESKU, HORNÍ DESKU, LEVOU DESKU, PRAVOU DESKU, ZADNÍ DESKU, PŘEDNÍ SKLENĚNOU DESKU + DVEŘE, LAVICI, OSVĚTLENÍ.



Saunová kamna a saunové příslušenství není obsahem balení tohoto výrobku. Kontaktujte svého prodejce.

## **MONTÁŽNÍ POKYNY**

Před montáží si pečlivě prostudujte návod k obsluze. Pro montáž sauny jsou požadovány 2 dospělé osoby.

Poznámka: Prostudujte si pečlivě všechny pokyny předtím, než přistoupíte k montáži sauny, a mějte na paměti, že při jejím používání by měla být vždy dodržena základní bezpečnostní opatření. Prostudujte si také návody saunového příslušenství, zejména saunových kamen a podmínek jejich instalace.

Před samotnou instalací je důležité vybrat vhodné místo pro umístění sauny:

1. Umístění sauny je možné pouze v temperovaném prostoru s nízkou vzdušnou vlhkostí. Vyvarujte se umístění sauny ve vlhkých prostorách se špatnou ventilací (cirkulací vzduchu). Zahříváním sauny dochází ve vlhkých prostorách ke kondenzaci vzdušné vlhkosti, což může mít při dlouhodobém používání negativní vliv na životnost především elektronických součástí sauny.
2. Doporučujeme umístit saunu v prostoru s teplotou vzduchu alespoň 15 °C. Vnější okolní teplota přímo ovlivňuje vnitřní teplotu sauny. Pokud umístíte saunu do chladného prostředí, nedosáhne vnitřní teplota v sauně udávaných maximálních hodnot.
3. Sauna musí stát v rovině. Je nutné zajistit, aby podklad pod saunou byl pevný a vodorovný a dostatečně únosný pro hmotnost sauny a saunujících se osob. Nerovné povrchy je nutné vyrovnat.
4. Místo pro saunu musí být v bezpečné vzdálenosti od zdroje tekoucí vody (vany, sprchy, umyvadla apod.).
5. V blízkosti sauny, tj. v dosahu jejího přívodního kabelu, musí být instalována zásuvka elektrického napájecího přívodu 230 V/50 Hz s dostatečným proudovým jištěním, odpovídajícím proudovému odběru (příkonu) sauny a saunových kamen – viz výrobní štítek sauny a saunových kamen. Doporučujeme napájecí přívod osadit i proudovým chráničem s vybavovacím proudem nepřesahujícím 30 mA, zejména při instalaci v koupelnách nebo jiných podobných prostorech.
6. Přívodní kabel napájení musí být snadno přístupný, aby v případě nutnosti bylo možné rychle odpojit přívodní kabel od zdroje elektrické energie.

## **POŽADOVANÉ NÁSTROJE**

Šroubovák, schůdky

## **POŘADÍ PRO MONTÁŽ**

SPODNÍ DESKA → ZADNÍ DESKA → PRAVÁ DESKA → LEVÁ DESKA → PŘEDNÍ DESKA → DVEŘE → BOČNÍ DESKA LAVICE → HORNÍ A SPODNÍ SEDÁK LAVICE → DŘEVĚNÉ OPĚRADLO ZAD → OSVĚTLENÍ SAUNY → OHRÁDKA KAMEN → MADLO DVEŘÍ

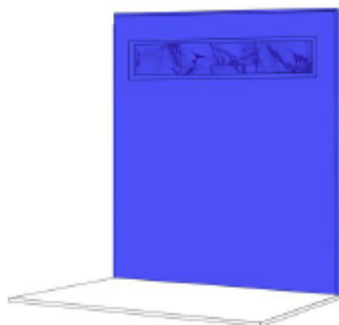
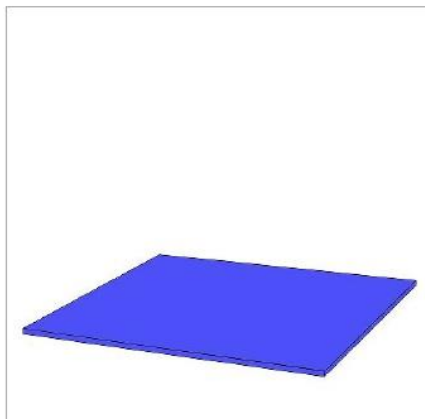
Poznámka:

1. Na dřevěných částech sauny, které jsou pohledově skryty, se mohou vyskytovat drobná poškození vzniklá při výrobě (vrypy, škrábance aj.), které nemají vliv na funkci sauny ani nesnižují její konečný vzhled.
2. V průběhu užívání sauny mohou ve dřevě vznikat drobné trhliny. To není vadou výrobku, ale běžnou vlastností použitého dřeva.
3. Dveře sauny nejsou konstruovány pro hermetické uzavření sauny. Používáte-li saunu na chladném místě, můžete dveře opatřit vhodným těsněním.



**A. Umístěte SPODNÍ DESKU.**

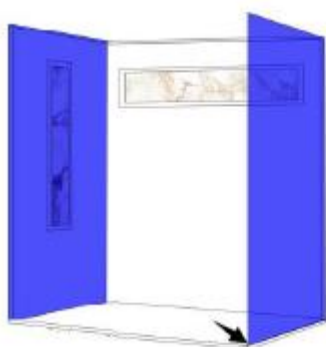
SPODNÍ DESKU položte na místo, kde bude sauna stát. Pozor na správné umístění.

**B. Umístěte ZADNÍ DESKU.**

ZADNÍ DESKU umístěte v zadní části SPODNÍ DESKY – přisuňte ji. Stěna nebude stát sama, je nutné ji rukou podržet, než připojíte další stěnu.

**C. Umístěte PRAVOU a LEVOU DESKU.**

PRAVOU DESKU a následně LEVOU DESKU přiložte k ZADNÍ DESCE a obě připevněte pomocí zaklapávacích spon.



**Poznámka:** Ujistěte se, že pravá skleněná deska je blízko předního rohu, aby se zabránilo vzniku mezery!!!

**D. Nainstalujte HORNÍ DESKU.**

**E. Nainstalujte PŘEDNÍ DESKU.**  
*PŘEDNÍ DESKA se skládá z levé skleněné stěny a dveří, umístěných vpravo.*

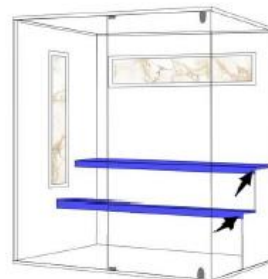
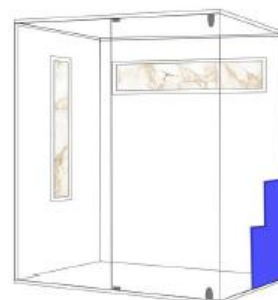


*Obě pevné skleněné stěny (levou část PŘEDNÍ DESKY A PRAVOU DESKU) je třeba zajistit přiloženými vruty s dekoračními krytkami do HORNÍ A SPODNÍ DESKY.*



**F. Nainstalujte DVEŘE.**  
*Nejprve nainstalujte závěsy do přednastavených otvorů stropního panelu a podlahového panelu, poté nasadte sklo na závěsy.*

**G. Nainstalujte LAVICE.**  
 Přišroubujte BOČNÍ DESKU LAVICE ke SPODNÍ a ZADNÍ DESCE a následně umístěte HORNÍ A SPODNÍ SEDÁKY LAVIC a zajistěte přiloženými vruty do předvrtaných děr.



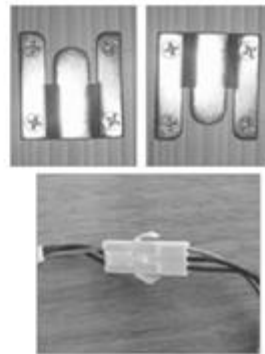
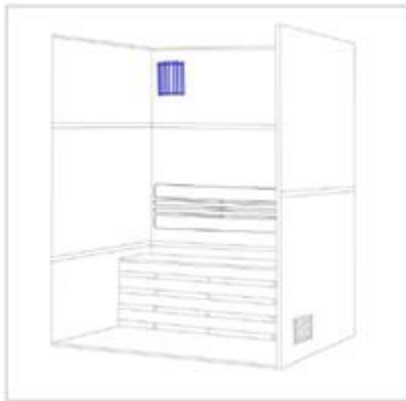




**DŘEVĚNÉ OPĚRADLO ZAD**  
Opěradlo je předinstalované na zadním panelu, za opěradlem je barevný světelný pás.

### H. Instalace OSVĚTLENÍ.

Nainstalujte dřevěnou lampu pomocí přednastaveného háčku a zasuňte konektory kabelů na střeše.











### I. Ovládání OSVĚTLENÍ a LED OSVĚTLENÍ.


Na vnitřní straně HORNÍ DESKY (uvnitř sauny) je hlavní spínač pro zapnutí a vypnutí OSVĚTLENÍ (závěsná dřevěná lampa) a LED OSVĚTLENÍ (podsvícení zádové opěrky, podsvícení solných panelů).



Dálkové ovládání umožňuje změnu barev a režimů LED OSVĚTLENÍ.

		Zapnutí LED OSVĚTLENÍ.
		Vypnutí LED OSVĚTLENÍ.
		Ruční změna barvy: červená , zelená , modrá , žlutá , fialová , modrá , bílá.
		Ruční změna barvy: bílá , modrá , fialová , žlutá , modrá , zelená , červená.
		Změna intenzity LED OSVĚTLENÍ.
		Automatický přechod barev. Pro ukončení cyklus, stiskněte „▼ nebo ▲“.
		Automatická skoková změna barev. Pro ukončení cyklus, stiskněte „▼ nebo ▲“.

Pro napájení dálkového ovládání jsou určeny baterie 2x AAA 1,5 V.

 **POZOR!** Dbejte na dodržení polaritv baterií při jejich vkládání.

### **J. Instalace OHRÁDKY KAMEN a MADLA DVEŘÍ.**

Ohrádku kamen sešroubujte pomocí přiložených šroubů. Přišroubujte dřevěné madlo na skleněné dveře.



**LIKVIDACE**

Obal se skládá z materiálů, které lze odevzdat k recyklaci v komunálních sběrných dvorech nebo sběrných nádobách.



**Chraňte životní prostředí! Elektrické zařízení neodhazujte do domovního odpadu!**

V souladu s evropskou směrnicí č. 2012/19/EU musí být opotřebované elektrické zařízení shromažďováno odděleně a odevzdáno k ekologické recyklaci. Informace o možnostech likvidace vysloužilého zařízení vám podá obecní nebo městská správa.



Tento výrobek splňuje veškeré základní bezpečnostní a zdravotní požadavky směrnic EU, které se na něj vztahují.

**ZÁRUČNÍ PODMÍNKY**

Záruční doba je uvedena na prodejním dokladu, nejméně však 24 měsíců, a začíná dnem převzetí výrobku, což je třeba prokázat originálním prodejním dokladem. Záruka se vztahuje na vady, které má výrobek při převzetí, a dále na prokazatelné výrobní vady, které se vyskytnou v záruční době. Záruka se nevztahuje na běžné opotřebení výrobku a jeho dílů a na škody vzniklé v důsledku nedodržování návodu k použití, zanedbání údržby, nesprávného používání, v důsledku úmyslného poškození, neodborného zásahu, úpravy nebo opravy za použití neoriginálních dílů, v důsledku vnějších vlivů (oxidace, koroze, záplavy apod.). Opravy v záruční době smějí provádět pouze autorizované opravny nebo servis výrobce.



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

[mountfield.cz](http://mountfield.cz)

[mountfield@mountfield.cz](mailto:mountfield@mountfield.cz)



*Fínska*  
*sauna*  
**PALO**



Ďakujeme vám za to, že ste si vybrali našu fínsku saunu, a blahoželáme vám k vášmu nákupu. Sme presvedčení, že si celá vaša rodina užije všetko, čo tento výrobok ponúka, a že ho budete radi využívať po nadchádzajúce roky. Preštudujte si starostlivo a podrobne tento návod predtým, než pristúpíte k prvému použitiu sauny. Odporúčame vám, aby ste si tento návod uchovali na účely pravidelných overení a budúcich odkazov.

Vyobrazenia uvedené v návode nemusia presne zodpovedať dodanému prevedeniu; tieto slúžia najmä na lepšie pochopenie textu návodu.

Výrobca a dodávateľ si vyhradzuje právo na vykonávanie zmien výrobku bez nutnosti aktualizácie tohto návodu na inštaláciu a použitie.

## **BEZPEČNOSTNÉ POKYNY**

1. Pred použitím sauny si starostlivo preštudujte všetky pokyny tohto návodu a dodržujte ich.
2. Keď budete inštalovať a používať toto elektrické zariadenie, mali by ste vždy dodržať základné bezpečnostné opatrenia. Na napájanie tohto spotrebiča používajte zásuvku napájacieho obvodu, ktorá je inštalovaná podľa platných technických noriem a ktorá je istená ističom so zodpovedajúcou prúdovou hodnotou a charakteristikou. Odporúčame napájací prívod osadiť aj prúdovým chráničom s vybavovacím prúdom nepresahujúcim 30 mA, najmä pri inštalácii v kúpeľniach alebo iných vlhkých priestoroch.
3. Nepoužívajte vašu saunu v bezprostrednej blízkosti vody, napríklad blízko vane alebo na mokrom základe alebo v blízkosti bazéna atď.
4. Prívodný kábel by mal byť smerovaný tak, aby bola obmedzená pravdepodobnosť, že naň šliapnete alebo že dôjde k jeho zovretiu prvkami, ktoré budú umiestnené na tomto kábli alebo proti nemu. Zaisťte riadnu ochranu prívodného kábla, nekladte ho rovno na podlahu, pretože je to veľmi nebezpečné. Keď nebudete zariadenie používať, vyťahnite kábel zo zásuvky a stočte ho. Prívodný kábel odpájajte od zásuvky ťahom za jeho vidlicu, nie za šnúru. Mohlo by dôjsť k poškodeniu kábla alebo zásuvky.
5. Pred každým zapnutím sauny ju prezrite, či nejavia známky poškodenia, a skontrolujte, uistite sa, že sa v saune a najmä v blízkosti kachlí nenachádzajú horľavé predmety.
6. Varovanie: Počas prevádzky sauny sa nedotýkajte kachlí; ich teplota presahuje 70 °C a kontakt s ich povrchom môže spôsobiť popáleniny. Nezakrývajte kachle, hrozí riziko požiaru. Počas prevádzky sauny sa nedotýkajte vonkajšej časti stien kachlí – môžu byť veľmi horúce, hrozí riziko popálenia.
7. Keď bude nutné vymeniť niektoré diely, uistite sa, že sú príslušné náhradné diely špecifikované výrobcom alebo majú rovnaké charakteristiky ako pôvodné diely. Použitie neautorizovaných dielov môže viesť k požiaru, úrazu elektrickým prúdom alebo iným nebezpečenstvám. Po oprave požiadajte servisného technika o vykonanie bezpečnostných kontrol, aby bolo možné stanoviť, že sauna je už v riadnom prevádzkovom stave, potom ju budete môcť opäť používať.
8. Zariadenie nie je určené na použitie osobami (vrátane detí) so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo mentálnymi schopnosťami, pokiaľ nie je zaistený ich dohľad a inštruktáž zodpovednou osobou; osobami, ktoré nie sú oboznámené s obsluhou v rozsahu tohto návodu; osobami pod vplyvom liekov, omamných prostriedkov a pod., znižujúcich schopnosť rýchlej reakcie.
9. Nepoužívajte saunu bezprostredne po namáhavom cvičení. Počkajte aspoň 30 minút, aby ste umožnili svojmu telu vykonať ochladenie.



10. Nebezpečenstvo prehriatia. Normálna telesná teplota by nemala stúpnuť nad 39 °C (103 °F). Medzi príznaky nadmerného prehriatia organizmu patria závraty, letargia, ospalosť a mdloby. Následky nadmerného prehriatia organizmu môžu zahŕňať neschopnosť vnímať teplo, telesnú neschopnosť opustiť saunu, nevedomenie si hroziaceho nebezpečenstva, strata vedomia a poškodenie plodu u tehotných žien. Pri prehriatí dochádza k zvýšeniu vnútornej teploty vášho tela, a preto sa neodporúča vysoké nastavenie teploty na saunovanie.
11. Použitie alkoholu, drog alebo niektorých liekov pred saunovaním alebo počas saunovania môže viesť k strate vedomia.
12. Nikdy neusínajte vo vnútri sauny, keď je sauna v pracovnom režime.
13. Na čistenie sauny nepoužívajte parné čističe, vysokotlakové čističe ani rozprašovače vody. Používajte iba prípravky, ktoré sú na tento účel priamo určené.
14. Neukladajte žiadne predmety na horné alebo vnútorné steny sauny. Do sauny nevnášajte domáce zvieratá, kovové predmety. Sauna nie je určená na sušenie bielizne.
15. Ak dôjde k poškodeniu prívodného kábla, musíte zaistiť okamžitú výmenu tohto kábla cez výrobcu alebo jeho zástupcu alebo obdobne kvalifikovanú osobu. Pokiaľ zistíte, že je prívodný kábel príliš horúci, môže to znamenať, že došlo k problému s elektrickým zariadením, v tomto prípade si vyžiadajte kontrolu od výrobcu alebo jeho zástupcu, aby ste zabránili nebezpečenstvu.
16. Nepoužívajte saunu počas elektrickej búrky, aby ste zabránili nebezpečenstvu úrazu elektrickým výbojom.
17. Nezapínajte ani nevypínajte opakovane napájací a vykurovací systém, pretože by mohlo dôjsť k poškodeniu elektrického zariadenia.
18. Osušte si ruky predtým, ako budete vkladať vidlicu prívodného kábla do zásuvky napájacieho obvodu alebo ju budete z tohto obvodu vyťahovať. Nikdy sa kábla nedotýkajte mokrými rukami alebo mokrými holými chodidlami, aby ste predišli nebezpečenstvu úrazu elektrickým prúdom. Nedotýkajte sa prstami kovových vývodov zásuvky ani vidlice prívodného kábla.
19. Nepoužívajte saunu, ak má poškodený prívodný kábel, ak nefunguje správne alebo ak je poškodená. Nepokúšajte sa sami o akúkoľvek opravu; ak budete mať akýkoľvek problém, obráťte sa na predajného zástupcu alebo výrobcu, inak môže dôjsť k porušeniu bezpečnostných zásad. Neoprávnené pokusy o opravu budú viesť k neplatnosti záruky výrobcu.
20. Uistite sa, že zásuvka na pripojenie do siete elektrického napájania má dostatočné parametre pre činnosť sauny; pokiaľ bude silný príkon, mohlo by dôjsť k prehrievaniu zásuvky a prípadne aj k spôsobeniu požiaru.
21. Pri niektorých modeloch sauny so strešnými svetlami je teplota svetla veľmi vysoká, akonáhle zapnete saunu a rozsvietite svetlo. Nedotýkajte sa svetla, mohlo by dôjsť k popáleniu kože. Rovnako sa tohto svetla nedotýkajte po dobu 20 minút po ukončení ohrevu.
22. Nelejte vodu ani iné kvapaliny do častí kachlí, ktoré pre to nie sú určené, ani na iné el. zariadenie, ani do nich nenarážajte žiadnym tvrdým predmetom, pretože by mohlo dôjsť ku skratu, ktorý by mohol spôsobiť požiar alebo výpadok elektrickej siete.
23. Tento výrobok obsahuje svetelný zdroj energetickej triedy (G).

### **KEDY SA VYVAROVAŤ POUŽÍVANIE SAUNY**

1. Odporúča sa, aby sa sauna nepoužívala do 24 hodín po vystavení UV žiareniu umelých zdrojov alebo slnečného kúpeľa.
2. Lieky na predpis: vždy sa poraďte so svojím lekárom alebo farmakológom ohľadom možnej interakcie s účinkami Vašich liekov. Niektoré lieky, ako napr. diuretiká, antihistamíny, beta-blokátory a barbituráty môžu negatívne ovplyvniť prirodzenú

schopnosť tela regulovať teplo. Do tejto kategórie spadajú tak lieky na predpis, ako aj niektoré voľnopredajné.

3. Srdcové choroby: saunová terapia je nevhodná pre pacientov s niektorými srdcovými chorobami vrátane hypertenzie alebo hypotenzie, chronického srdcového zlyhania alebo problémy s koronárnou cirkuláciou. Ak trpíte jednou z vyššie uvedených chorôb, dlhé vystavovanie so zvýšeným teplotám môže byť nebezpečné, pretože jeho priamym dôsledkom je zvyšovanie srdcovej frekvencie asi o 10 úderov (v niektorých prípadoch však až o 30) za minútu za každý stupeň zvýšenej telesnej teploty. Táto kontraindikácia sa týka aj pacientov s liekmi na úpravu tlaku alebo s kardiostimulátorom – niektoré sauny totiž môžu obsahovať magnety, ktoré môžu jeho činnosť ovplyvniť.
4. Deti a starí ľudia: deti a starí ľudia sú dve vekové skupiny, u ktorých je pred saunovaním odporúčaná konzultácia s lekárom. Hoci pre obe tieto vekové skupiny platí, že všeobecne je pre nich používanie sauny bezpečné a zdraviu prospešné, telesná teplota u detí vzrastá znateľne rýchlejšie ako u dospelých a ich termoregulačná schopnosť za pomoci potenia nie je ešte tak vyvinutá ako u dospelých jedincov. Podobne schopnosť udržiavať optimálnu telesnú teplotu a funkcia potných žliaz sa s pribúdajúcim vekom znižuje, takže u oboch týchto vekových skupín je potrebné dbať na opatrnosť a saunovú terapiu konzultovať so svojím lekárom.
5. Problémy s kĺbmi: akútne kĺbové zranenie by nemalo byť zahrievané počas prvých 48 hodín, alebo kým začervenanie a opuch neodznejú. V prípadoch chronických opuchov kĺbov je možné, že nebudú na tepelnú terapiu reagovať priaznivo.
6. Tehotenstvo: počas tehotenstva (alebo aj podozrenia na tehotenstvo) nie je používanie sauny odporúčané. So zvyšovaním telesnej teploty môže totiž dochádzať aj k zvyšovaniu teploty amniotickej tekutiny, čo by v extrémnych prípadoch mohlo viesť až k poškodeniu plodu a vrodeným vadám. U tehotných žien možno tiež oveľa ľahšie dôjsť k prehriatiu organizmu vedúcemu až k bezvedomiu. Srdce a cievy v tehotenstve pracujú aj za normálneho stavu vo zvýšenom výkone, aby dokázali vyživovať vyvíjajúci sa plod a pokiaľ dôjde k prehriatiu organizmu, nároky na srdce a cievy sa ešte zvýšia. To má za následok zníženie prúdenia krvi do vnútorných orgánov vrátane srdca, čo môže viesť k strate vedomia.
7. Niektoré choroby: zvyšovanie vnútornej teploty môže byť nevhodné pre jedincov s roztrúsenou sklerózou, systémovým lupus erythematosus, diabetickou neuropatiou, Parkinsonovou chorobou, nádormi centrálného nervového systému alebo adrenálnou nedostatočnosťou (ako napríklad Addisonova choroba). Ľudia trpiaci hemofíliou alebo krvácajúcimi stavmi by sa tiež mali používaniu sauny vyvarovať, pretože teplo spôsobuje rozširovanie ciev. Ľuďom trpiacim horúčkou alebo citlivým na teplo sa používanie sauny tiež neodporúča. Každý pacient s akýmkoľvek implantátom by však mal použitie sauny konzultovať so svojím chirurgom. Rovnako ako pri masáži nie je použitie sauny vhodné pri akomkoľvek infekčnom ochorení, pod vplyvom alkoholu či drog. A ako pri každej podobnej činnosti platí: Pokiaľ Vám saunovanie pôsobí pocitmi nepohodlia, či dokonca bolesti alebo zhoršovania zdravotného stavu, okamžite ho prerušte.

Pokiaľ máte akékoľvek zdravotné problémy, vždy konzultujte užívanie sauny so svojím ošetrovateľom!

Upozornenie: Ak pretrváva začervenanie pokožky po použití sauny dlhšie ako jeden deň, neopakujte použitie sauny a poraďte sa so svojím lekárom.

## PREDSTAVENIE VÝROBKU

Fínska sauna je tvorená drevenou kabínou, saunovými kachľami a saunovým príslušenstvom. Drevená kabína obsahuje SPODNÚ DOSKU, HORNÚ DOSKU, ĽAVÚ DOSKU, PRAVÚ DOSKU, ZADNÚ DOSKU, PREDNÚ SKLENENÚ DOSKU + DVERE, LAVICI, OSVETLENIE.



Saunové kachle a saunové príslušenstvo nie je obsahom balenia tohto výrobku. Kontaktujte svojho predajcu.

## **MONTÁŽNE POKYNY**

Pred montážou si pozorne preštudujte návod na obsluhu. Na montáž sauny sú požadované 2 dospelé osoby.

Poznámka: Preštudujte si starostlivo všetky pokyny predtým, než pristúpite k montáži sauny, a majte na pamäti, že pri jej používaní by mali byť vždy dodržané základné bezpečnostné opatrenia. Preštudujte si aj návody saunového príslušenstva, najmä saunových kachlí a podmienok ich inštalácie.

Pred samotnou inštaláciou je dôležité vybrať vhodné miesto na umiestnenie sauny:

1. Umiestnenie sauny je možné iba v temperovanom priestore s nízkou vzdušnou vlhkosťou. Vyvarujte sa umiestneniu sauny vo vlhkých priestoroch so zlou ventiláciou (cirkuláciou vzduchu). Zahrievaním sauny dochádza vo vlhkých priestoroch ku kondenzácii vzdušnej vlhkosti, čo môže mať pri dlhodobom používaní negatívny vplyv na životnosť predovšetkým elektronických súčastí sauny.
2. Odporúčame umiestniť saunu v priestore s teplotou vzduchu aspoň 15 °C. Vonkajšia okolitá teplota priamo ovplyvňuje vnútornú teplotu sauny. Pokiaľ umiestnite saunu do chladného prostredia, nedosiahne vnútorná teplota v saune udávaných maximálnych hodnôt.
3. Sauna musí stáť v rovine. Je nutné zaistiť, aby podklad pod saunou bol pevný a vodorovný a dostatočne únosný pre hmotnosť sauny a saunujúcich sa osôb. Nerovné povrchy je nutné vyrovať.
4. Miesto pre saunu musí byť v bezpečnej vzdialenosti od zdroja tečúcej vody (vane, sprchy, umývadlá a pod.).
5. V blízkosti sauny, tj. v dosahu jej prívodného kábla, musí byť inštalovaná zásuvka elektrického napájacieho prívodu 230 V/50 Hz s dostatočným prúdovým istením, zodpovedajúcemu prúdovému odberu (príkone) sauny a saunových kachlí – viď výrobný štítok sauny a saunových kachlí. Odporúčame napájací prívod osadiť aj prúdovým chráničom s vybavovacím prúdom nepresahujúcim 30 mA, najmä pri inštalácii v kúpeľniach alebo iných podobných priestoroch.
6. Prívodný kábel napájania musí byť ľahko prístupný, aby v prípade nutnosti bolo možné rýchlo odpojiť prívodný kábel od zdroja elektrickej energie.

## **POŽADOVANÉ NÁSTROJE**

Skrutkovač, schodíky

## **PORADIE PRE MONTÁŽ**

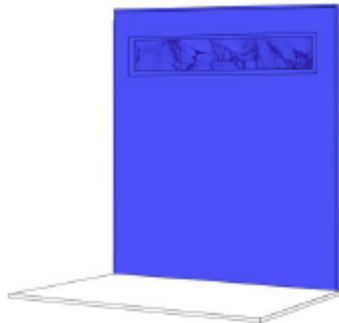
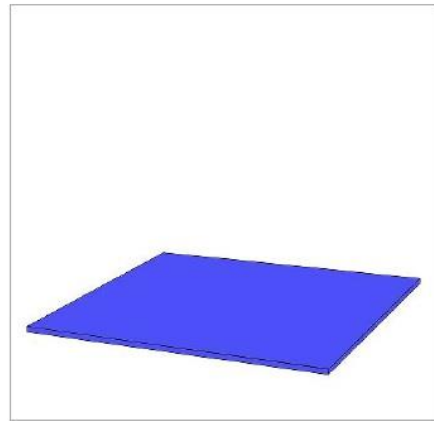
SPODNÁ DOSKA → ZADNÁ DOSKA → PRAVÁ DOSKA → ĽAVÁ DOSKA → PREDNÁ DOSKA → DVERE → BOČNÁ DOSKA LAVICA → HORNÝ A SPODNÝ SEDÁK LAVICA → DREVENÉ OPERADLO → OSVETLENIE SAUNY → OHRÁDKA KACHLÍ → MADLO DVERÍ

Poznámka:

1. Na drevených častiach sauny, ktoré sú pohľadovo skryté, sa môžu vyskytovať drobné poškodenia vzniknuté pri výrobe (vrypy, škrabance a iné), ktoré nemajú vplyv na funkciu sauny ani neznižujú jej konečný vzhľad.
2. V priebehu užívania sauny môžu v dreve vznikať drobné trhliny. To nie je chybou výrobku, ale bežnou vlastnosťou použitého dreva.
3. Dvere sauny nie sú konštruované na hermetické uzavretie sauny. Ak používate saunu na chladnom mieste, môžete dvere opatriť vhodným tesnením.

**A. Umiestnite SPODNÚ DOSKU.**

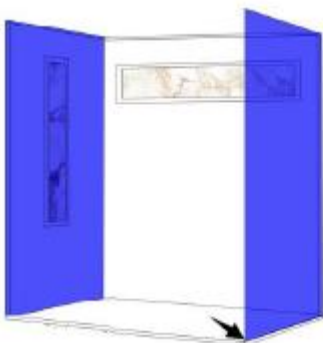
SPODNÚ DOSKU položte na miesto, kde bude sauna stáť. Pozor na správne umiestnenie.

**B. Umiestnite ZADNÚ DOSKU.**

ZADNÚ DOSKU umiestnite v zadnej časti SPODNEJ DOSKY – prisuňte ju. Stena nebude stáť – prisuňte ju. Stena nebude stáť – prisuňte ju. Stena nebude stáť – prisuňte ju, kým pripojíte ďalšiu stenu.

**C. Umiestnite PRAVÚ a ĽAVÚ DOSKU.**

PRAVÚ DOSKU a následne ĽAVÚ DOSKU priložte k ZADNEJ DOSKE a obe pripevnite pomocou zaklapávacích spŕn.



**Poznámka:** Uistite sa, že pravá sklenená doska je blízko predného rohu, aby sa zabránilo vzniku medzery!!!

**D. Nainštalujte HORNÚ DOSKU.**

**E. Nainštalujte PREDNÚ DOSKU.**

PREDNÁ DOSKA sa skladá z ľavej sklenenej steny a dverí, umiestnených vpravo.



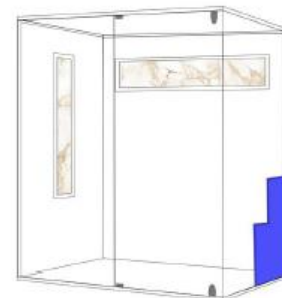
Obe pevné sklenené steny (ľavú časť PREDNEJ DOSKY A PRAVÚ DOSKU) je potrebné zaistiť priloženými skrutkami s dekoračnými krytkami do HORNEJ A SPODNEJ DOSKY.

**F. Nainštalujte DVERE.**

Najprv nainštalujte závesy do prednastavených otvorov stropného panelu a podlahového panelu, potom nasadte sklo na závesy.

**G. Nainštalujte LAVICE.**

Priskrutkujte BOČNÚ DOSKU LAVICE k SPODNEJ a ZADNEJ DOSKE a následne umiestnite HORNÉ A SPODNÉ SEDÁKY LAVIC a zaistite priloženými skrutkami do predvŕtaných dier.



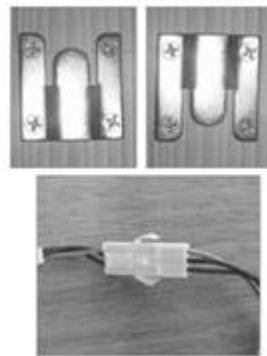
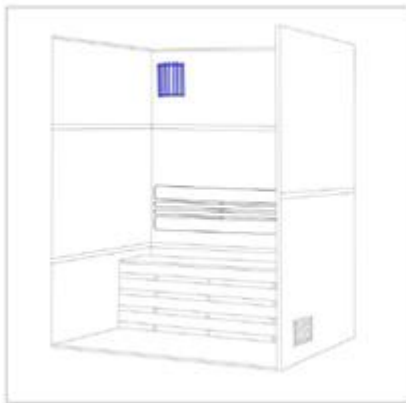




**DREVENÉ OPERADLO ZAD**  
Operadlo je predinštalované na zadnom paneli, za operadlom je farebný svetelný pás.

### H. Inštalácia OSVETLENIA.

Nainštalujte drevenú lampu pomocou prednastaveného háčika a zasuňte konektory káblov na streche.











### I. Ovládanie OSVETLENIA a LED OSVETLENIA.


Na vnútornej strane HORNEJ DOSKY (vnútri sauny) je hlavný spínač pre zapnutie a vypnutie OSVETLENIA (závesná drevená lamp) a LED OSVETLENIA (podsvietenie chrbtovej opierky, podsvietenie solných panelov).



Diaľkové ovládanie umožňuje zmenu farieb a režimov LED OSVETLENIA.

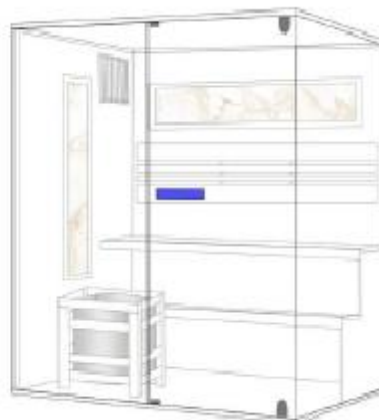
		Zapnutie LED OSVETLENIA.
		Vypnutie LED OSVETLENIA.
		Ručná zmena farby : červená , zelená , modrá , žltá , fialová , modrá , biela.
		Ručná zmena farby : biela , modrá , fialová , žltá , modrá , zelená , červená.
		Zmena intenzity LED OSVETLENIA.
		Automatický prechod farieb. Pre ukončenie cyklu, stlačte „▼ alebo ▲“.
		Automatická skoková zmena farieb. Pre ukončenie cyklu, stlačte „▼ alebo ▲“.

Pre napájanie diaľkového ovládania sú určené batérie 2x AAA 1,5 V.

 **POZOR!** Dbajte na dodržanie polarity batérií pri ich vkladaní.

### J. Inštalácia OHRÁDKY KACHLÍ a MADLÁ DVERÍ.

Ohrádku kachlí zoskrutkujte pomocou priložených skrutiek. Priskrutkujte drevené madlo na sklenené dvere.



**LIKVIDÁCIA**

Obal sa skladá z materiálov, ktoré možno odovzdať na recykláciu v komunálnych zberných dvoroch alebo zberných nádobách.



**Chráňte životné prostredie! Elektrické zariadenie neodhadzujte do domového odpadu!**

V súlade s európskou smernicou č. 2012/19/EÚ musí byť opotrebované elektrické zariadenie zhromažďované oddelene a odovzdané na ekologickú recykláciu. Informácie o možnostiach likvidácie vyslúžilého zariadenia vám podá obecná alebo mestská správa.



Tento výrobok spĺňa všetky základné bezpečnostné a zdravotné požiadavky smerníc EÚ, ktoré sa naň vzťahujú.

**ZÁRUČNÉ PODMIENKY**

Záručná doba je uvedená na predajnom doklade, najmenej však 24 mesiacov, a začína dňom prevzatia výrobku, čo je potrebné preukázať originálnym predajným dokladom. Záruka sa vzťahuje na vady, ktoré má výrobok pri prevzatí, a ďalej na preukázateľné výrobné vady, ktoré sa vyskytnú v záručnej dobe. Záruka sa nevzťahuje na bežné opotrebenie výrobku a jeho dielov a na škody vzniknuté v dôsledku nedodržiavania návodu na použitie, zanedbania údržby, nesprávneho používania, v dôsledku úmyselného poškodenia, neodborného zásahu, úpravy alebo opravy za použitia neoriginálnych dielov, v dôsledku vonkajších vplyvov (oxidácia, korózie, záplavy a pod.). Opravy v záručnej dobe smú vykonávať iba autorizované opravovne alebo servis výrobcu.



Mountfield SK s.r.o., Kollárova 85, 036 01 Martin

[mountfield.sk](http://mountfield.sk)

[mountfield@mountfield.sk](mailto:mountfield@mountfield.sk)