

# NOTICE DE MONTAGE

## SAUNA FINLANDAIS



**Chers clients:**

Afin de vous aider à mieux connaître et utiliser votre sauna, veuillez lire attentivement le manuel suivant.

## INDEX

A. Introduction .....	3
B. Instructions de montage .....	9
C. Avertissement sécurité .....	16
D. Conseils .....	17
E. Maintenance et réparation .....	17
F. Transport et stockage du matériel.....	18
G. Temps de garantie .....	18

**INSTALLATION (2 personnes sont nécessaires pour un sauna)**

## A. Introduction

### A.1 Conditions d'utilisation

A.1.1 Temperature 5°C-40°C

A.1.2. Humidité:  $\leq 85\%$

A.1.3. Pression atmosphérique: 700-1060 hpa

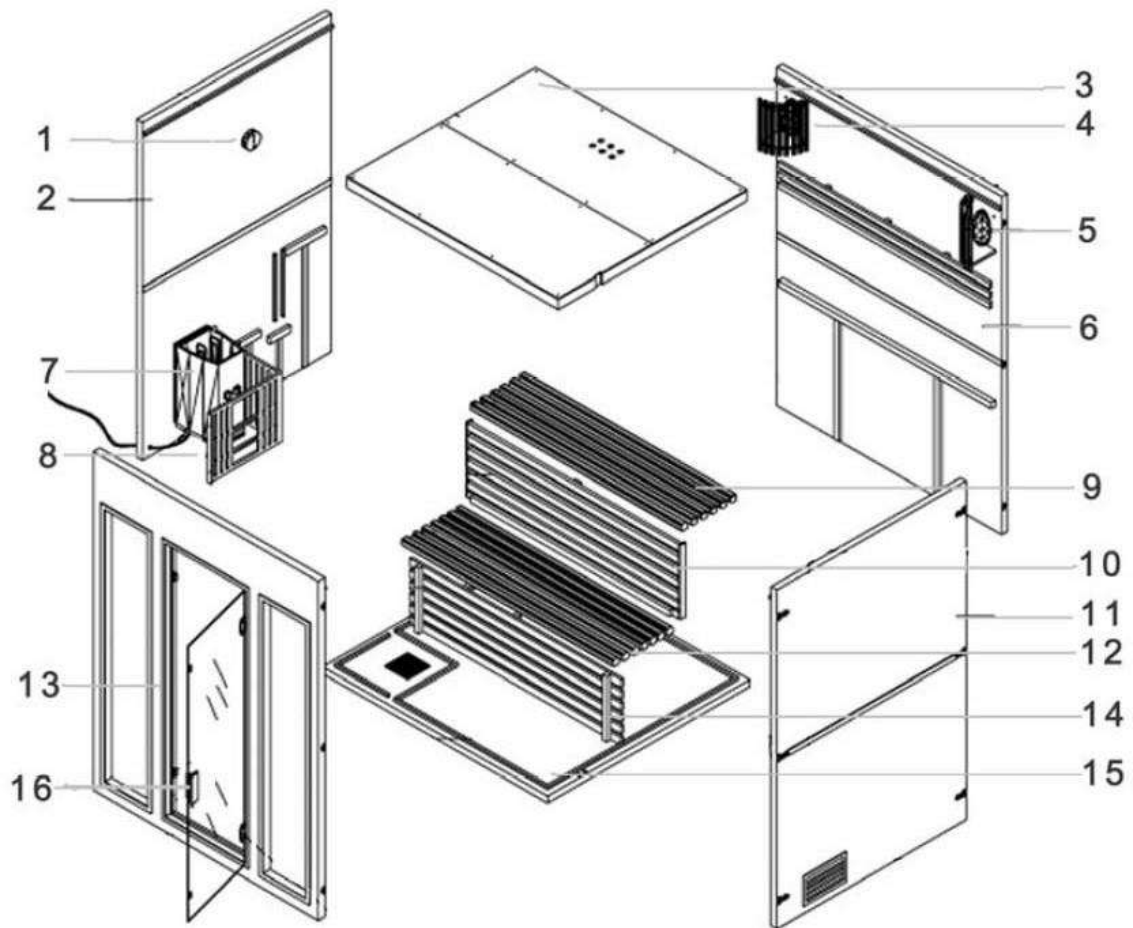
A.1.4. Alimentation: AC 220V; 50 HZ $\pm 1$ /AC 110 V; 60 HZ  $\pm 1$


A.1.5 La sauna doit rester à une distance minimale de 12.7 mm du mur

### A.2 Structure






A.2.1. Structure de la cabine (ex: sauna per 3/4 personnes)






N°	DESCRIPTION	IMAGE	QUANTITE
1	Hygromètre		1

2	Panneau latéral gauche		1
3	Panneau supérieur		1
4	Cache lampe (sur option)		-
5	Lampe		2

6	Panneau postérieur		1
7	<p>Poêle*</p> <p>(* Le modèle peut varier selon la disponibilité)</p>		1
8	<p>Protection bois*</p> <p>(sur option)</p>		1
9	<p>Banquette supérieure*</p> <p>(*à l'emplacement prévu)</p>		1
10	<p>Avant de la banquette supérieure* (*à l'emplacement prévu)</p>		1

11	Panneau latéral droit		1
12	Banquette inférieure		1
13	Panneau avant		1
14	Avant de la banquette inférieure		1
15	Base		1

16	Poignée de porte		1
----	------------------	--	---



## B. Instructions de montage

### B.1 Schéma d'installation d'un sauna pour 3 personnes

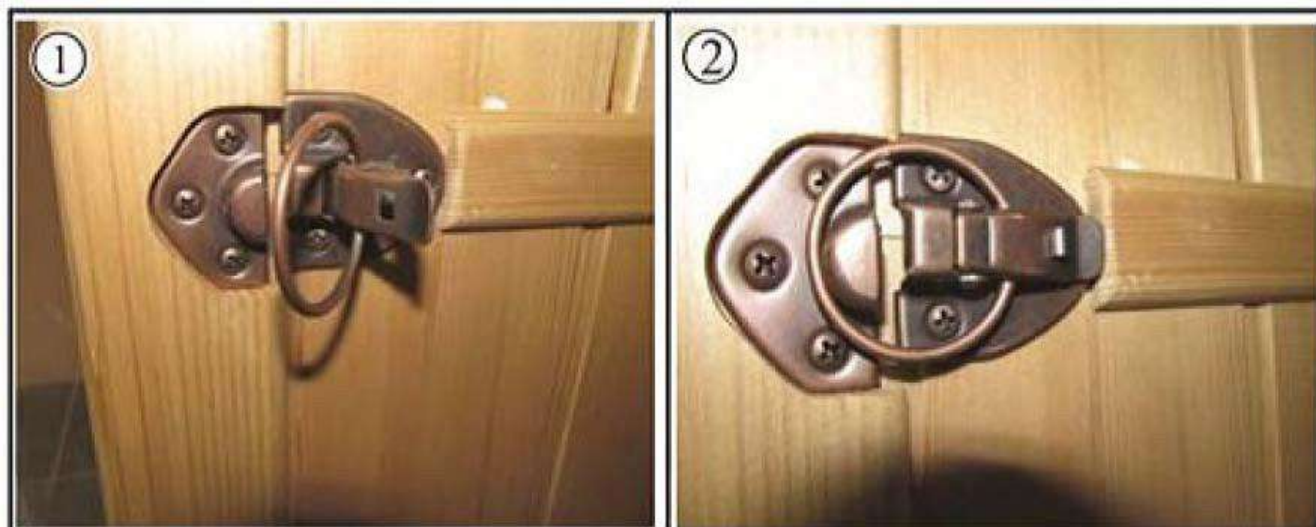


### B.2: Détails

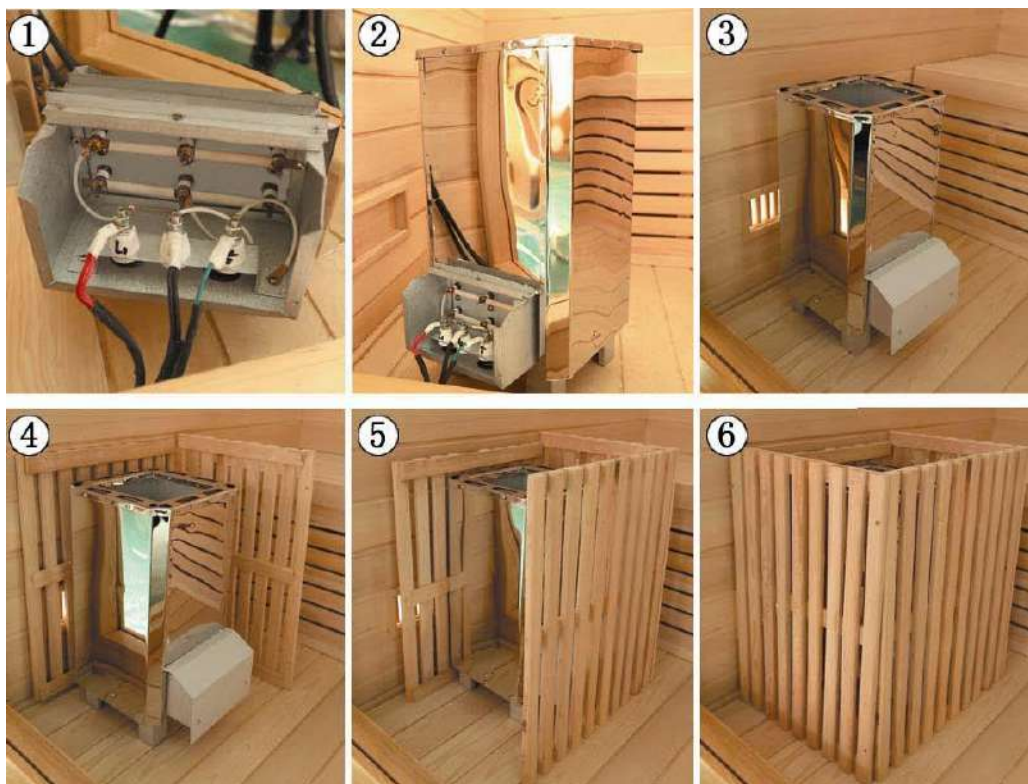
Note: avant de commencer le montage, positionner la base sur le sol en positionnant la bonne partie tournée vers le haut comme indiqué:



## B.2.1 Fixer la surface du sauna avec les loquets comme suit:



## B.2.2 INSTALLATION DU POELE\*



\*protection bois en option

## **PIERRES POUR LE POELE:**

Mettez une charge adéquate de pierres (10-15 kg) dans le poêle après l'avoir installé. **ATTENTION!!** Les pierres de sauna doivent être de haute qualité car la température à l'intérieur du poêle est extrêmement élevée. Les pierres qui ne résistent pas à la chaleur et aux changements de température peuvent facilement se casser et endommager les éléments chauffants, ou pourraient également s'oxyder et endommager la circulation de la chaleur et le poêle lui-même pendant le processus de chauffage ou lorsque de l'eau est projetée sur les pierres pour créer la vapeur.

## **ATTENTION!!**

### **1. Risque de choc électrique**

Il n'y a aucune pièce réparable à l'intérieur du poêle pour sauna. Pour éviter tout risque d'électrocution, toutes les installations et connexions doivent être réalisées par du personnel compétent.

2. La durée de séance dans le sauna doit être inférieure à 30 minutes. Une utilisation trop longue peut causer tachycardie, malaises, sensation de faiblesse et vertiges. Si vous présentez un de ces symptômes, il faut immédiatement interrompre la séance de sauna.

L'utilisation d'un sauna peut aussi causer de la tension, pour les personnes suivantes, un avis médical est nécessaire avant l'utilisation d'un sauna:

- A. Femme enceinte;
  - B. Personne souffrant de problèmes cardiaques;
  - C. Personnes sujettes à l'hypertension;
  - D. Personnes qui ont des problèmes de circulation sanguine;
  - E. Après avoir beaucoup bu;
  - F. Après une prise de médicaments;
  - G. Personnes souffrant de diabète;
  - H. Personnes qui ne sont pas en bonne santé.
3. Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte.
  4. Risque de brûlures : Ne pas toucher le poêle du sauna pendant le chauffage. Restez à 30 cm du poêle.

## AVVERTISSEMENT

Nous ne garantissons pas:

- Installation ou démontage de la structure interne par du personnel non compétent.
- Fluctuations de la tension d'alimentation > +/- 10%
- Utilisation de pierres pour le poêle non adaptées
- Installation effectuée sans suivre les instructions de montage

## INSTALLATION

Installer le poêle contre le mur en vous servant des vis fournies éventuellement avec le poêle en respectant les distances indiquées dans les **Figures 1A, 1B, 1C** et **1D**. Les vis supérieures doivent être solidement fixées, en respectant une distance minimale entre la tête de la vis et la paroi en bois de 3 mm.

Figura 1A

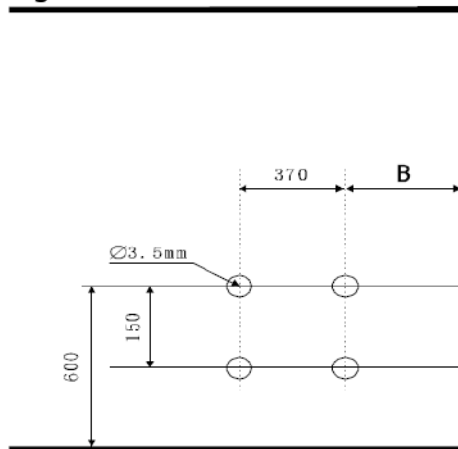


Figura 1B

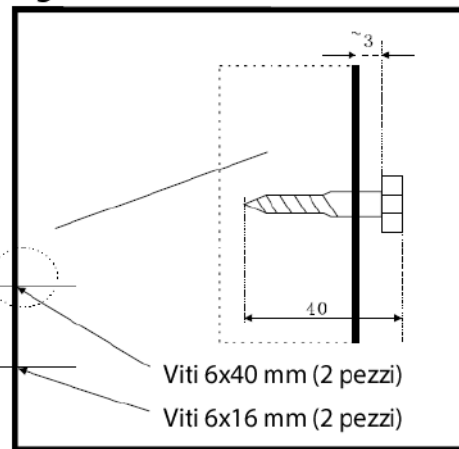


Figura 1C

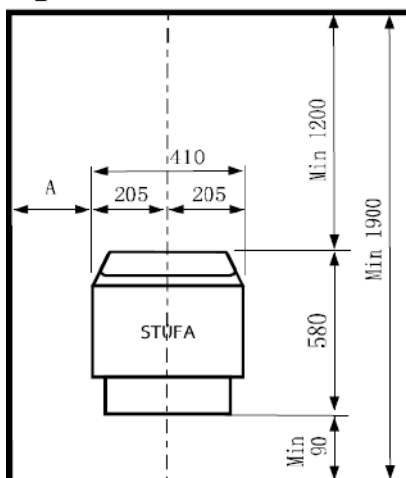
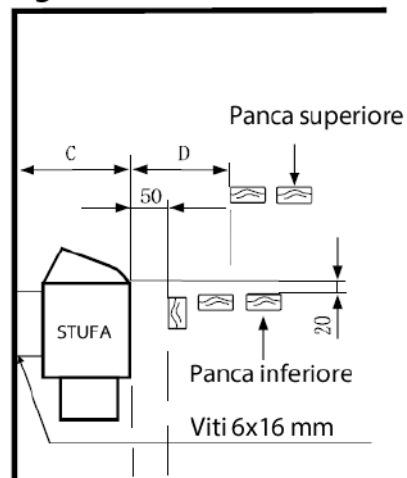


Figura 1D



Le poêle peut être installé dans une niche dans le mur à une hauteur minimale de 9 cm.

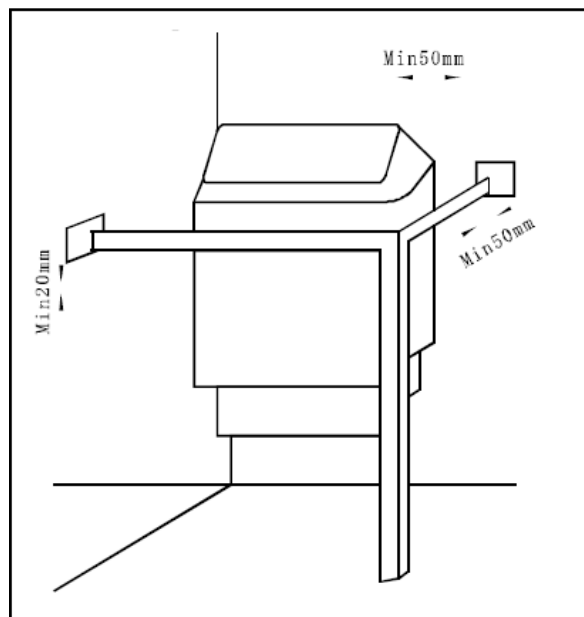
Ne couvrez pas le mur derrière le poêle avec des matériaux tels que l'amiante ou l'éternit, ce type de protection est susceptible de surchauffer et de prendre feu.

Il faut utiliser de bons matériaux pour les murs et les plafonds.

## PROTECTIONS

Respecter les distances minimales indiquées dans la figure 6 en ce qui concerne la protection, le cas échéant :

**Figura 6**



## CONNEXION AU CÂBLE D'ALIMENTATION ELECTRIQUE

Seul un électricien professionnel peut effectuer le raccordement du poêle au réseau électrique en tenant compte de toutes les règles de sécurité. Le câble de connexion reliant le réseau électrique principal au poêle doit être un câble en caoutchouc isolé REVE ou un câble équivalent. La section du câble de raccordement doit être identique à celle du poêle. Le boîtier de connexion dans le sauna doit être étanche et protégé contre les éclaboussures avec un trou de condensation de 7 mm. La boîte de jonction ne doit pas être placée plus de 50 cm au dessus du sol.

## **PIERRES POUR SAUNA**

Les pierres de sauna pouvant être poussiéreuses, nous vous recommandons de les nettoyer avant de les placer dans le poêle, en plaçant les plus grosses au fond. Disposez les pierres de telle façon que l'air puisse circuler.

Enlevez les pierres cassées ou endommagées avant que les éléments du poêle ne soient endommagés. La taille des pierres est généralement de 3/8 cm.

## **CONTROLE DE LA TEMPERATURE**

Le thermostat peut contrôler la température dans des conditions idéales. Le poêle de sauna peut atteindre la température en 30 à 60 minutes, selon la taille du sauna. Le thermostat est capable de satisfaire le maintien d'une bonne température confortable dans le sauna.

## **INTERRUPTEUR D'ALIMENTATION**

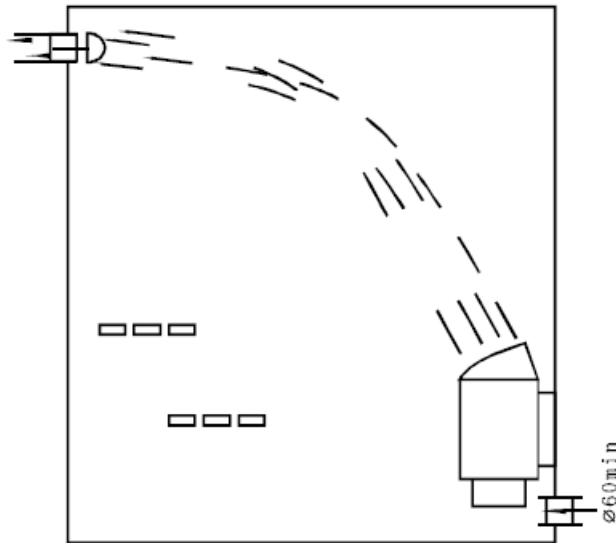
L'interrupteur du poêle doit être éteint à la fin de la session.

## **VENTILATION**

Une bonne ventilation est essentielle pour le sauna. Une bonne ventilation crée les conditions appropriées pour une séance agréable et économise de l'énergie. L'emplacement des ouvertures est important pour une bonne ventilation. Les entrées d'air frais doivent de préférence être situées sur le mur près de la base du poêle. Le diamètre d'ouverture doit être d'au moins 6 cm (Figure 5).

L'ouverture d'échappement doit être située de préférence sur le mur opposé et aussi loin que possible de l'entrée d'air. Le diamètre de l'ouverture de refoulement doit être au moins le double de la prise d'air et doit se situer sous la base des banquettes supérieures.

**Figura 5**



### **B.2.3 INSTALLATION DE LA CLEPSYDRE ET DU THERMOMETRE**



## B.2.4 INSTALLATION DU LUMINAIRE ET DU COUVRE LUMINAIRE\* DE SECURITE

*\*sur option*



## B.2.5 RACCORDEMENT DES FILS ELECTRIQUES

Utilisez des câbles en caoutchouc isolés pour connecter le réseau électrique au poêle. Le raccordement des composants au secteur doit être effectué par des professionnels compétents.

## C. INDICAZIONI SULLA SICUREZZA

### C.1 ATTENTION

- Attention: il est interdit d'installer un verrou sur la porte du sauna
- La cabine doit être bien ventilée

### C.2 PRECAUTIONS D'USAGE ET SECURITE

- Ne pas toucher la vapeur du poêle ou la structure du poêle
- Ne pas toucher la lampe du sauna
- Ne pas utiliser le sauna dans les situations suivantes: personnes avec des blessures non cicatrisées, maladie des yeux ou brûlures graves, personnes âgées ou malades, femmes enceintes et enfants, les enfants de plus de 6 ans peuvent utiliser le sauna accompagnés d'un adulte, les personnes sujettes à



l'obésité, maladies cardiaques, hypertension, problèmes de circulation sanguine ou diabétiques doivent consulter un médecin avant l'utilisation du sauna

- Ne pas mettre d'animaux à l'intérieur
- Ne pas utiliser le sauna si vous avez trop bu

## D. CONSEILS

- Nous recommandons de maintenir la température entre 60-70°C
- Habituellement, la transpiration commence après 15-20 minutes d'utilisation ; nous recommandons une séance maximale de 30 minutes.
- Ouvrir l'ouverture d'échappement pendant la séance de façon à garantir la ventilation,
- Beaucoup boire avant et après le sauna pour rétablir l'hydratation corporelle,
- Prendre un bain avant la séance pour favoriser la respiration,
- Appliquer des huiles essentielles sur le corps et sur les cheveux afin d'améliorer la capacité d'absorption de la peau; se laver à nouveau après le sauna,
- On peut effectuer de légers massages pendant la séance de façon à soulager les douleurs,
- La peau sera très lisse après la séance,
- Il est préférable d'utiliser le sauna une heure après les repas ou avec le ventre vide. NE PAS utiliser le sauna après de gros efforts,
- l'augmentation de la fréquence du sauna peut aider à améliorer l'immunité et à empêcher la prolifération de bactéries, en cas de rhume ou de grippe,
- restez dans le sauna encore un moment à la fin de la séance pour rétablir la transpiration. Ensuite, prenez un bain chaud et pour finir un bain froid pour refroidir tout le corps,
- En cas de doute, consultez votre médecin afin de suivre l'éventuel protocole qu'il vous demandera de mettre en place (nombre et durée des sessions, température maximale..)

## E. MAINTENANCE ET REPARATION

Nettoyer la cabine à l'aide d'une éponge humide. Ne pas utiliser d'alcool, d'essence ou autres détergents chimiques. Les ultrasons peuvent être utilisés pour stériliser la cabine sauna en hôpital ou dans les lieux publics.

## **F. TRANSPORT ET STOCKAGE DU MATERIEL**

Evitez la pluie, la neige et des chocs violents durant le transport/déplacement du sauna. Ne pas placer le sauna dans un endroit humide.

## **G. TEMPS DE GARANTIE**

Garantie de deux ans.