

# RUNA

Damit du deine RUNA Zeltsauna rundum genießen kannst, haben wir dir hier ein paar Tipps für den Gebrauch und wichtige Sicherheitshinweise zusammengestellt. So holst du das Beste aus deinem Saunaerlebnis heraus – und bleibst immer auf der sicheren Seite.

## WICHTIGER HINWEIS:

Bevor es richtig losgeht, gönn deinem Saunaofen einen **Einbrennvorgang**. Stelle ihn dafür ohne Zelt auf, setze den Steinkorb mit Saunasteinen auf und heize den Ofen mindestens **3 Stunden** kräftig durch. Schließe alle mitgelieferten Kaminrohre an, damit der Ofen optimal zieht.

Mit diesem QR Code landest du direkt auf den aktuellsten Videos mit Tipps zur RUNA Zeltsauna und Hinweisen, die für den Gebrauch relevant sind.



# RUNA

**Vorsicht** beim Öffnen des Zetpakets mit dem Messer  
– die Tasche liegt direkt unter der Kartonöffnung!

## Aufbau

- Such dir für den Aufbau einen ebenen Untergrund. Fixiere das Zelt mit den mitgelieferten Heringen und Abspannseilen.
- Wenn du noch mehr Stabilität möchtest, kannst du die Überlappung des Zeltes zusätzlich mit Holzscheiten, Sandsäcken oder Pflastersteinen beschweren.
- Möchtest du dein Zelt dauerhaft im Garten stehen lassen (Sommer wie Winter), empfehlen wir dir die passende Wetterschutzplane. Sie schützt das Zelt zuverlässig vor Regen, Schnee und UV-Strahlung – so bleicht es nicht aus und bleibt langfristig schön.
- Für hitzeempfindliche Untergründe nutze bitte die Hitzeschutzplane (weiße Seite nach oben). So bleibt dein Boden sicher geschützt.

## Saunaofen & Holz

- Verwende nur trockenes, naturbelassenes Holz mit unter 20 % Restfeuchte.
- Wenn du auf Nummer sicher gehen willst, greif direkt zu unserem RUNA | Sauna Brennholz im Shop – perfekt abgestimmt für deine Zeltsauna.
- Kleine Scheite sind ideal zum Anheizen und für intensive Saunagänge. Größere Scheite eignen sich gut, um den Ofen während Pausen am Laufen zu halten und Glut zu produzieren.
- Wenn du Aufgüsse machen möchtest, bring die Steine erst richtig auf Temperatur. Heize den Ofen dafür mindestens 30 Minuten mit ausreichend Holz und offener Frischluftzufuhr.

## Ab in die Sauna

- Achte auf eine gute Luftzirkulation: Öffne die Frischluftzufuhr im unteren Bereich des Zeltes und halte ihn während des Betriebs immer offen.
- Lüfte das Zelt vor jedem Saunagang kurz durch – so kommt frische Luft hinein und das Klima bleibt angenehm.
- Über das Aschefach kannst du dem Ofen zusätzlich mehr Zug geben. Dadurch brennt das Feuer kräftiger und es entsteht noch mehr Hitze.
- Mit einem Saunahut machst du es dir besonders bequem: Er schützt den Kopf vor großer Hitze und gleichzeitig vor der Kälte draußen.

## Lagerung & Pflege

- Lüfte das Zelt nach der Nutzung gründlich, besonders wenn du viele Aufgüsse gemacht hast. So kann die Feuchtigkeit entweichen.
- Leere nach jeder Nutzung das Aschefach und die Brennkammer – auch wenn noch Platz wäre. So bleibt alles sauber und sofort einsatzbereit.
- Sollte das Zelt mal dreckig werden, kannst du es mit warmen Wasser und handelsüblichem Spülmittel reinigen. Verzichte bitte auf aggressive Chemikalien, damit das Material lange hält.
- Pack das Zelt bei längerer Lagerung ausschließlich trocken ein und lagere es ebenfalls trocken, damit du lange Freude daran hast.
- Das Ofenrohr kannst du platzsparend im Saunaofen verstauen.

## Sicherheitshinweise

- Verwende deine RUNA Zeltsauna ausschließlich im Freien – niemals in geschlossenen Räumen.
- Stelle das Zelt stabil auf und achte auf ausreichend Abstand zu leicht brennbaren Materialien.
- Berühre den Saunaofen sowie das Kaminrohr während des Betriebs nicht – er wird sehr heiß.
- Halte Kinder und Haustiere vom Saunaofen fern und lass sie nur unter Aufsicht ins Zelt.
- Verfeuere ausschließlich trockenes, unbehandeltes Holz – keine Abfälle, Schadstoffe oder lackiertes Holz.
- Achte darauf, dass der Saunaofen genügend Abstand zur Zeltwand hat.
- Lege keine brennbaren oder Hitze empfindliche Gegenstände auf den Saunaofen oder in seine Nähe.
- Entsorge die Asche ordnungsgemäß
- Verzichte auf die Nutzung der RUNA Zeltsauna bei Sturm oder starkem Wind.
- Verlasse die Sauna sofort, wenn du dich unwohl fühlst (z. B. Schwindel oder Übelkeit).

## Sauna genießen & uns verlinken!

Teile deine Sauna-Erlebnisse gerne mit uns & markiere **@runa\_zeltsauna** auf Instagram!