

Portable Steam Sauna User Manual

Before installing and using this product,
please read this instruction carefully.
Keep this instruction for further reference.



Usage Precautions:

This sauna is no medical equipment and is not intended for medical purposes.

Check with your doctor before using this sauna when pregnant or if under medical care.

Stop using the Sauna immediately if you feel uncomfortable, dizzily, or sleepy.

Do not plug in while folded for storage.

Staying too long in the sauna can cause overheating.

 It is highly recommended that you DO NOT use the sauna for over 20 minutes per day and DO NOT use it more than 3 times per week.

 NOT recommended for use by anyone under 18years of age.

DO NOT use the Sauna under any of the following health conditions:

- 1.Any type of respiratory condition
- 2.Anyone with a heart condition
- 3.High or low blood pressure
- 4.Pregnancy
- 5.Any skin disease or disorders
- 6.After or during drinking alcohol or alcoholic beverages.

Check with your doctor regarding the use of this.

WARNING! (Please read carefully before using the sauna)

Unplug the power cord after each use.

Do not use in or around water due to danger of electrical shock.

Keep the electrical cord away from heat sources.

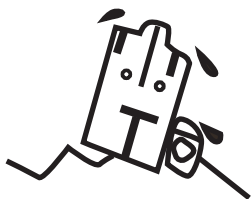
Never operate the unit if the cord or plug has been damaged.

Do not pull on the electrical cord.

Any repair must be performed by the manufacturer, its service agent or similar.

Never use it in wet or damp conditions!

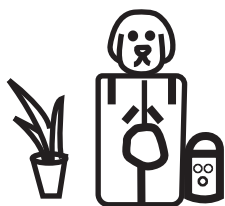
Safety Instructions



Please keep the product in balance when using it.
To prevent fire hazard, avoid placing the steamer near flammable materials.



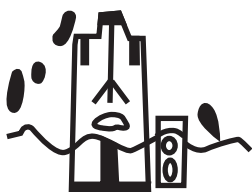
Pregnant women and people having high blood pressure and heart disease should not use this product. Please wait at least 30 minutes after eating before using this product. Do not use this product in time of great hunger for your safety.



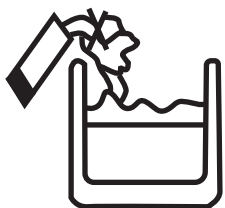
Don't put animals or plants into the sauna room.



When using the product, stay at least 10cm away from the steam pores. Don't touch the steam pores with bare hand.



Do not use the product in humid environment or immerse it into water.



The water filled in the steamer should not reach over the max water line in case of malfunction.



User should drink 200-300ml water or tea before using the product. Please prepare a towel for wiping sweat. Take a break after a certain period of using. Don't use the product consecutively for over 20 minutes in one time.

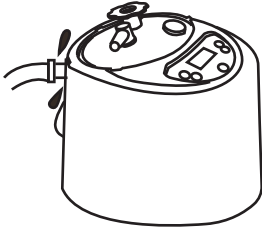


Old people should be accompanied by their families when using the product.

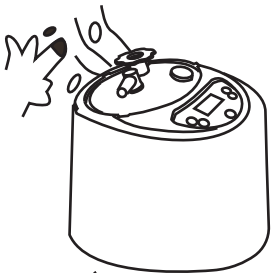
Safety Instructions



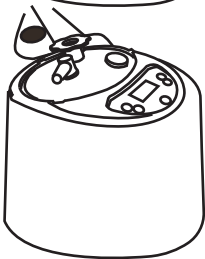
The screen will display E1 when the water inside becomes low. Disconnect the power as soon as possible, wait for the steamer to cool down, add an appropriate amount of water, and then restart the equipment. If it does not restart, please contact supplier. Never turn on the steamer without water added.



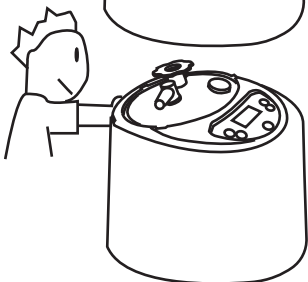
Don't forget to disconnect the power after use and wipe it clean with a damp cloth after 15 minutes of cooling down. Don't clean the product with water directly.



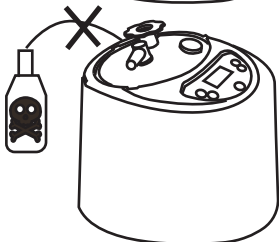
The sauna room and steamer must be placed at subsurface. If the steamer does not work, don't open the lid immediately. Disconnect the power and let it thoroughly cool down first.



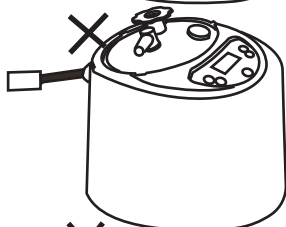
Always keep the product clean and in good condition as it would make its service life longer.



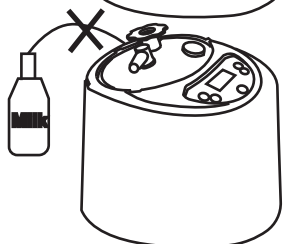
Keep the product out of reach of children.



Flammable, toxic, corrosive or other harmful liquid must not be put into the steamer as it can cause bodily injuries or property damage.



The steamer should be only used with the sauna room. It should not be used for other heating purposes. Don't repair or modify the product by yourself, it will invalidate the warranty.



Milk should not be placed in the steamer. If you wish to use herbs or flowers, please place them in the steam box (Accessory E) and wrap them in a gauze bag beforehand.



matters needing attention

- A. Pay attention to the high temperature steam ejected from the instrument, Make sure not to fold and block the pipe and keep the steam passage unblocked.
- B. Before starting the instrument, please turn the cover tightly, prevent the cover from popping open in use.
- C. Before opening the instrument cover and adding water or cleaning the instrument, The power cord must be pulled out first and operated after the instrument has cooled down for 10 minutes.
- D. It is forbidden to add milk, essential oil, alcohol and other inflammable, explosive, volatile and expansive items into the instrument.

Package Contents

A  1pc	B  1pc	C  User weight : 100kg 1pc	D  1pc	E  1pc
F  2pcs	G  1pc	H  1pc	I  1pc	J  1pc

Overall Dimensions (L x W×H)	85x85x145cm
Material	Cotton Cover & Iron Frame
Rated Voltage of Steamer	220V / 50~60HZ
Power of Steamer	1000W

Set-Up Instructions



Pic 1



Pic 2

1. Take out the sauna tent cover from the carrying bag and unfold it from the center as shown in Pic 1.

2. Hold the inner frame and pull it out diagonally as shown in Pic 2.

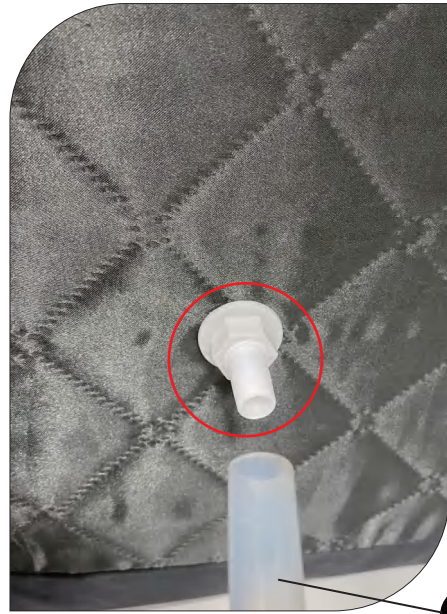
3. The sauna tent cover will look like Pic 3 after it is fully unfolded.



Pic 3



the hole is on the side
of the sauna tent



F

connect the pipe to
the connector

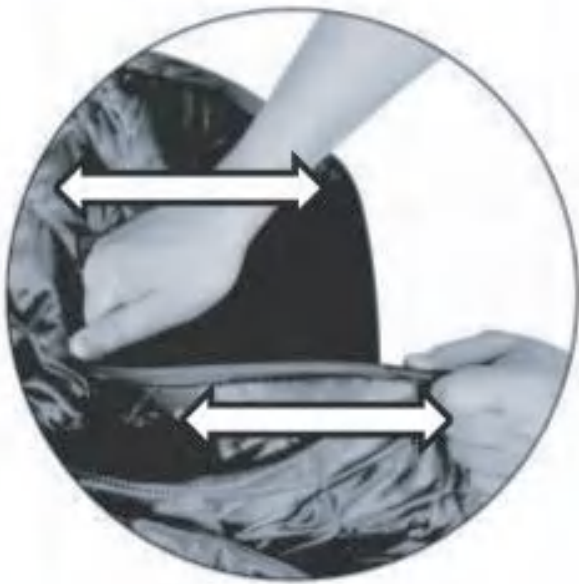


J

connector through hole



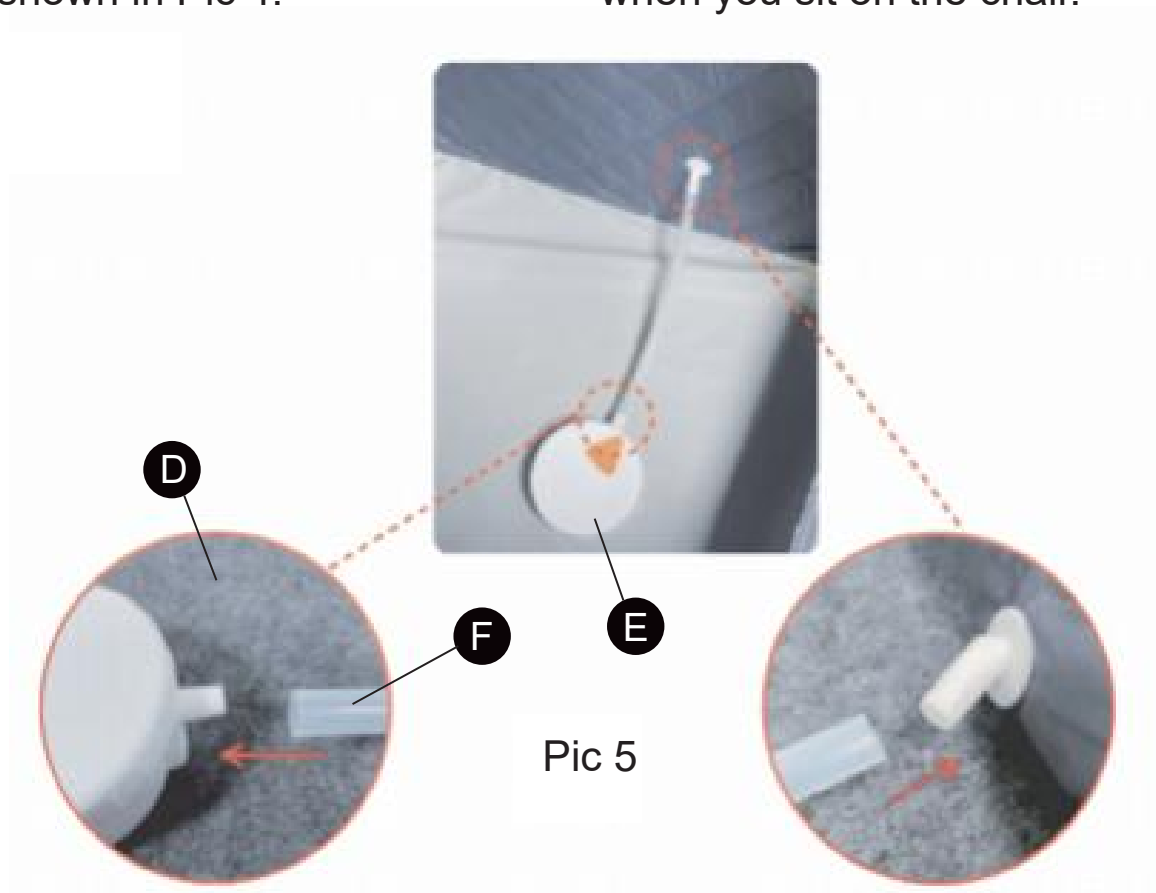
secure the connector
from the inside



Pic 4

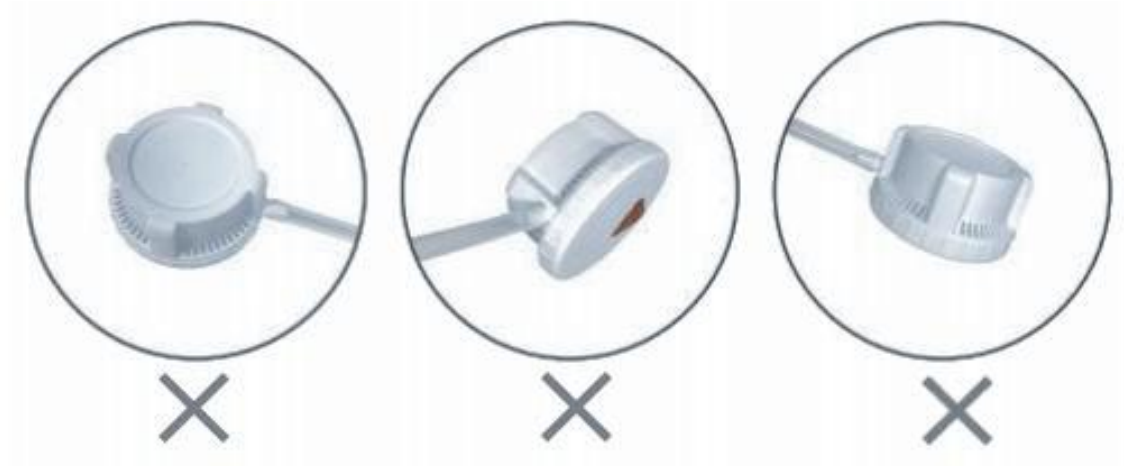
Note: If the frame of the sauna tent cover is out of shape, please twist it forward and backward repeatedly to readjust it as shown in Pic 4.

Put the mat, steam box and the chair in the frame as shown above. Ensure that the steam box is at least 40 cm away from your feet when you sit on the chair.

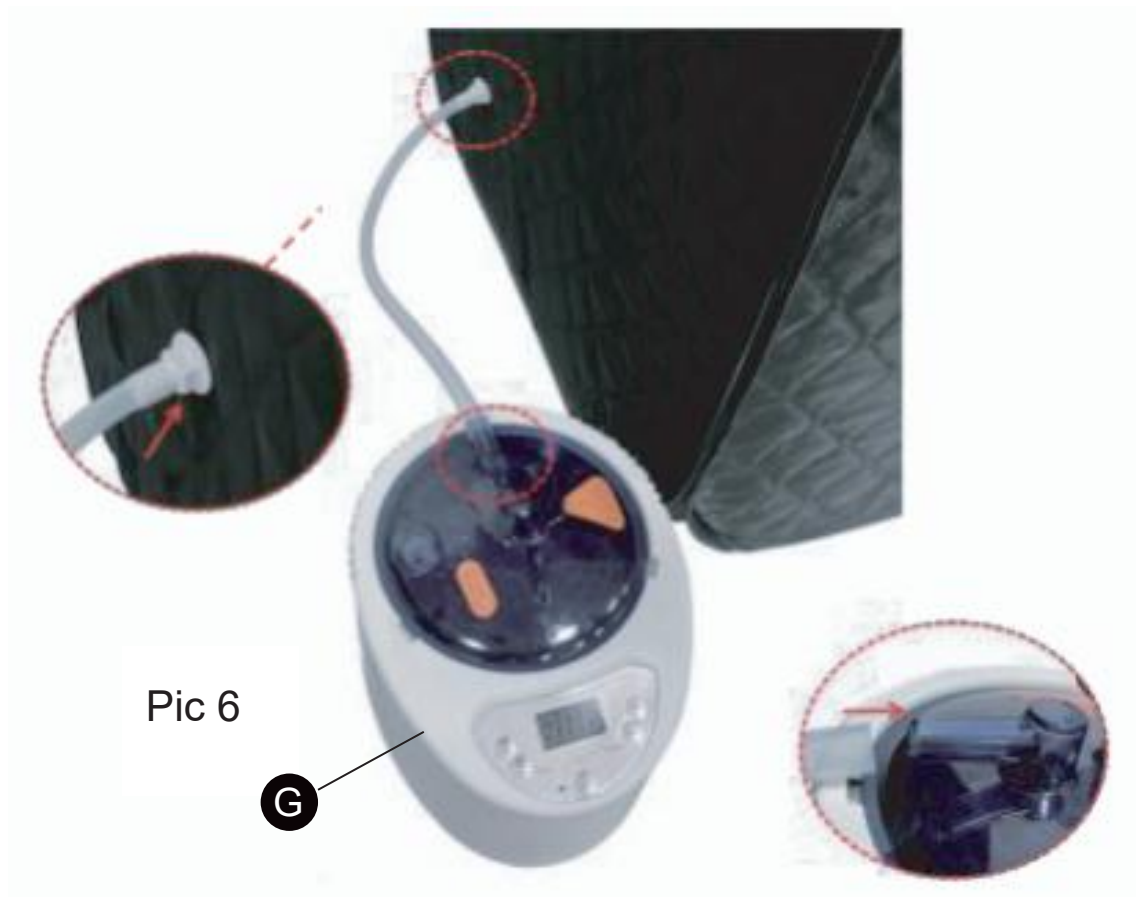


Pic 5

Use one of the steam tubes to connect the steam box and the outlet hole on the inner side of the sauna tent cover as shown in Pic 5. Ensure that the steam tube is well connected with the two parts.



Note: Make sure that the steam box is placed flat with its cover on the top and that there are no objects within its periphery of 10cm.



Use one of the steam tubes to connect the steamer and the inlet hole on the outer side of the sauna tent cover as shown in Pic 6. Ensure that the steam tube is well connected with the two parts. If the tubes fall off for loosen during usage, please turn off the power and let them thoroughly cool down first before re-connection.



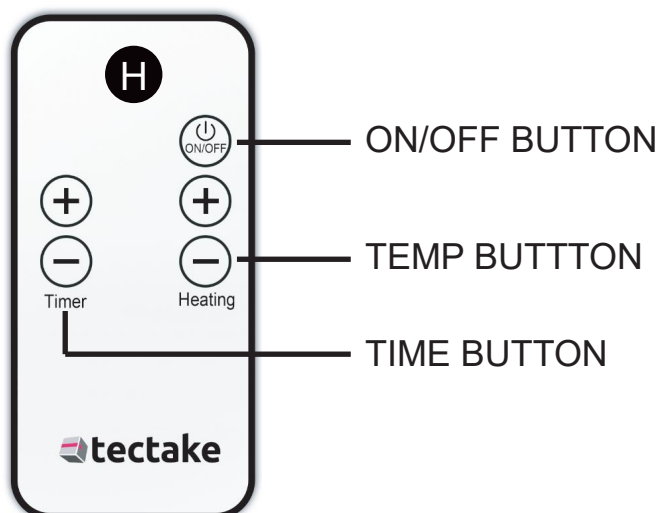
Caution:

When you are using the product, please make sure all of the steam tubes are not bent as shown in the right picture since it would block the flow of steam. As results, it may make the steam tubes pop off and hot steam stray out, causing scalding and other bodily injuries. Make sure the steam tubes are placed straight. If you find they are bent, turnoff the power and let them thoroughly cool down first before you adjust their positions.



Operation Instructions

- 1.Zip up the cover and add water to the steamer until the water reaches to the 1.5L water line.
- 2.Make sure the lid is locked on the steamer and connect to the power.
- 3.Press the buttons on the steamer or use the remote to turn it on and adjust the time to 20 minutes and temperature to P15.Let it preheat for about 7 minutes first.



- 4.Before you get into the cover, adjust the temperature back to P5 first since P5 is suitable for most people. You can turn it up if you think it is not hot enough.
- 5.Finish use, remember to disconnect the power and let the product thoroughly cool down first before you disassemble it.

three steps to add water



1. anticlockwise direction to open the lid.



2. Add a proper amount of water to the steamer
(note: Do not exceed the maximum water level).



3. Tighten the lid clockwise prevents leakage.

Folding steps

1



2



3



4



5



6



7



8



Health Benefits

Detoxification and Body Cleaning

Detoxification is a bodily process that transforms health threatening toxic substances from our environment, diets, as well as our own bodies into something harmless or excreted. Sweat is the body's natural way to get rid of harmful toxins and cleans our bodies through the skin. The infrared sauna waves penetrate deep below the skin to help the body to get rid of toxins buried deep under the skin.

Weight Loss

Saunas are proven to help lose weight and burn calories. According to the Journal of the American Medical Association, a sauna session can burn between 300-700 calories.

Pain and Arthritis Relief

The heat in a sauna helps in alleviating pain associated with conditions like arthritis, providing relinquishment and muscles, and improving joint flexibility and function.

Skin Purification

During a sauna session, skin is cleaned, and dead cells are replaced, keeping the skin in good working condition. Sauna heat also relaxes facial tensions and improves skin elasticity. The process of sweating also rinses bacteria out of the epidermal layer and sweats ducts.

Cardiovascular Workout

Finnish researchers have reported that the regular use of saunas helps maintain the blood-vessels in a healthier condition. Vessels become more extended, elastic and pliable due to regular dilation and contraction from the process of heating and cooling the body repeatedly.

Lower Blood Pressure and improved Circulation

Blood vessel dilation brings blood closer to the surface of the skin and as blood vessels expand to accommodate increased blood flow, circulation in the extremities improves, and as a result the blood pressure becomes lower. The effect on the blood pressure is temporary, but medical research shows that frequent sauna bathing can make person's blood pressure level stay lower as well.

DISCLAIMER:

The Sauna and its affiliate is to be not treated as medical advice, education or Treatment. The information contained in this manual is for general information purposes only and does not address individual circumstances or medical conditions. Suitability will vary from person to person and the information provided in this manual. This should not be relied solely upon in making decisions about your health. Always consult your doctor for medical advice. Do not use the product for purposes other than its intended use. Do not disassemble or attempt to repair the product. Check product condition regularly. Stop using it immediately if there are any defective issues found. Repair only by qualified personnel.

Saunas and Medications

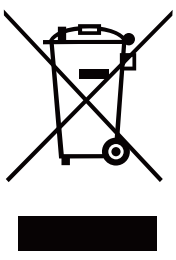
Individuals who are using prescription drugs should seek the advice of their personal physician or a pharmacist for possible changes in the drugs effect when the body is exposed to elevated body temperatures. Diuretics, barbiturates and beta-blockers may impair the body's natural heat loss mechanisms. Some over the counter drugs such as antihistamines may also cause the body to be more prone to heatstroke.

Saunas and Children

The core body temperature of children rises much faster than adults. This occurs due to a higher metabolic rate per body mass, limited circulatory adaptation to increased cardiac demands and the inability to regulate body temperature by sweating. Consult with your child's pediatrician before allowing your child to use the sauna. Children should be supervised to ensure that they do not play with the product.

Saunas and the Elderly

The ability to maintain core body temperature decreases with age. This is primarily due to circulatory conditions and decreased sweat gland function. The body must be able to activate its natural cooling processes in order to maintain core body temperature.

Waste disposal	
	This marking indicates that this product should not be disposed with other household wastes. To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources. To return your used device. please use the return and collection systems or contact the retailer where the product was purchased. They can take this product for environmental safe recycling.

Contact person
 tectake Ltd
 18 Soho Square
 London W1D 3QL
 United Kingdom
 Telephone: +44 203 488 4565
[www. tectake.co.uk](http://www.tectake.co.uk)
mail@tectake.co.uk

Bedienungsanleitung portable Dampfsauna

Bitte lesen Sie diese Anleitung sorgfältig durch,
bevor Sie dieses Produkt installieren und verwenden.
Bewahren Sie diese Anleitung zum späteren Nachschlagen auf.



Vorsichtsmaßnahmen bei der Verwendung:

Diese Sauna ist kein medizinisches Gerät und nicht für medizinische Zwecke bestimmt.

Fragen Sie Ihren Arzt, bevor Sie diese Sauna während der Schwangerschaft oder in ärztlicher Behandlung nutzen.

Hören Sie sofort auf, die Sauna zu benutzen, wenn Sie sich unwohl, schwindelig oder schläfrig fühlen.

Nicht im zusammengeklappten Zustand an den Strom anschließen.

Ein zu langer Aufenthalt in der Sauna kann zu Überhitzung führen.

 Es wird dringend empfohlen, die Sauna NICHT länger als 20 Minuten pro Tag und NICHT öfter als dreimal pro Woche zu nutzen.

 NICHT für die Verwendung durch Personen unter 18 Jahren empfohlen.

Benutzen Sie die Sauna NICHT, wenn einer der folgenden Gesundheitszustände vorliegt:

1. Jede Art von Atemwegserkrankung
 2. Jeder mit einer Herzerkrankung
 3. Hoher oder niedriger Blutdruck
 4. Schwangerschaft
 5. Jegliche Hautkrankheit oder - Störung
 6. Nach oder während des Genusses von Alkohol oder alkoholischen Getränken.
- Fragen Sie Ihren Arzt bezüglich der Verwendung der Sauna.

WARNUNG! (Bitte vor Benutzung der Sauna sorgfältig lesen)

Ziehen Sie nach jedem Gebrauch den Netzstecker.

Aufgrund der Gefahr eines Stromschlags nicht im oder in der Nähe von Wasser verwenden.

Halten Sie das Stromkabel von Wärmequellen fern.

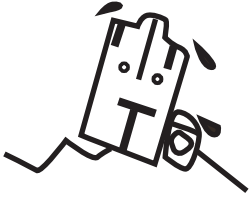
Betreiben Sie das Gerät niemals, wenn das Kabel oder der Stecker beschädigt ist.

Ziehen Sie nicht am Stromkabel.

Jede Reparatur muss vom Hersteller, seinem Servicevertreter oder einem ähnlichen Anbieter durchgeführt werden.

Benutzen Sie die Sauna niemals in nasser oder feuchter Umgebung!

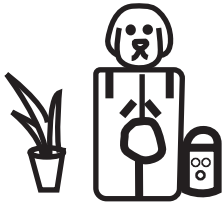
Sicherheitsanweisungen



Bitte halten Sie das Produkt bei der Verwendung immer in Waage. Um Brandgefahr zu vermeiden, stellen Sie das Dampfgerät nicht in der Nähe von brennbaren Materialien auf.



Schwangere Frauen und Personen mit hohem Blutdruck und Herzerkrankungen sollten dieses Produkt nicht verwenden. Bitte warten Sie nach dem Essen mindestens 30 Min mindestens 30 Minuten, bevor Sie dieses Produkt verwenden. Verwenden Sie dieses Produkt zu Ihrer Sicherheit nicht, wenn Sie großen Hunger haben.



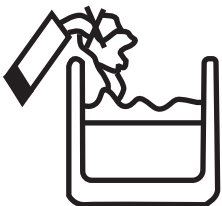
Bitte platzieren Sie keine Tiere oder Pflanzen in die Sauna.



Halten Sie bei der Verwendung des Produkts einen Abstand von mindestens 10 cm zu den Dampfporen ein. Berühren Sie die Dampfporen nicht mit bloßen Händen.



Verwenden Sie das Produkt nicht in feuchter Umgebung und tauchen Sie es nicht in Wasser.



Das ins Dampfgerät eingefüllte Wasser sollte die maximale Wasserlinie, für den Fall einer Fehlfunktion, nicht übersteigen.



Benutzer sollten vor der Verwendung des Produkts 200-300ml Wasser oder Tee trinken. Bitte legen Sie ein Handtuch zum Schweiß aufwischen bereit. Machen Sie nach einer gewissen Nutzungsdauer eine Pause. Bitte benutzen Sie das Produkt nicht länger als 20 Minuten auf einmal.

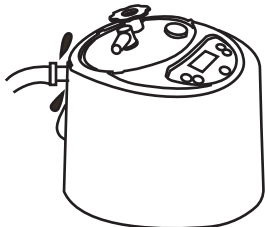


Ältere Menschen sollten bei der Anwendung des Produkts von ihren Familien begleitet werden.

Sicherheitsanweisungen



Der Bildschirm zeigt E1 an, wenn der Wasserstand im Inneren niedrig ist. Trennen Sie so schnell wie möglich die Stromversorgung, warten Sie, bis das Gerät abgekühlt ist, fügen Sie eine angemessene Menge Wasser hinzu und starten Sie anschließend das Gerät neu. Wenn es nicht neu startet, wenden Sie sich bitte an den Lieferanten. Schalten Sie das Dampfgerät niemals ohne Wasserzugabe ein.



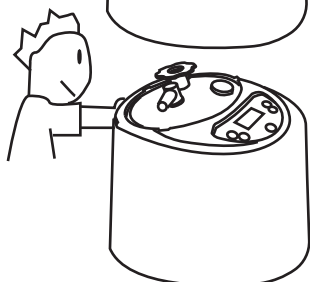
Vergessen Sie nicht, nach dem Gebrauch den Netzstecker zu ziehen und das Gerät nach 15 Minuten Abkühlzeit mit einem feuchten Tuch abzuwischen. Reinigen Sie das Produkt nicht direkt mit Wasser.



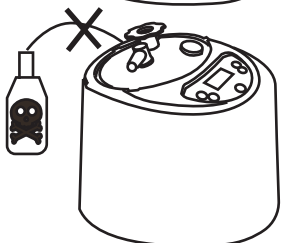
Die Saunakabine und das Dampfgerät müssen verdeckt platziert werden. Wenn das Dampfgerät nicht funktioniert, öffnen Sie den Deckel nicht sofort. Trennen Sie das Gerät vom Stromnetz und lassen Sie es zunächst gründlich abkühlen.



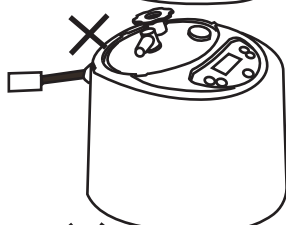
Halten Sie das Produkt immer sauber und in gutem Zustand, da dies die Lebensdauer verlängert.



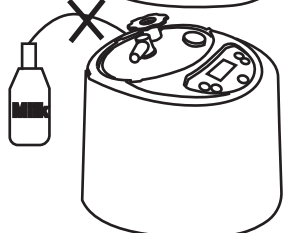
Bewahren Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern auf.



Brennbare, giftige, ätzende oder andere schädliche Flüssigkeiten dürfen nicht in das Dampfgerät gegeben werden, da dies zu Körperverletzungen oder Sachschäden führen kann.



Das Dampfgerät sollte nur in Verbindung mit der Sauna verwendet werden. Es sollte nicht für andere Heizzwecke verwendet werden. Reparieren oder modifizieren Sie das Produkt nicht selbst, da sonst die Garantie erlischt.



Milch sollte nicht in das Dampfgerät gegeben werden. Wenn Sie Kräuter oder Blumen verwenden möchten, Bitte legen Sie sie in die Dampfbox (Zubehör E) und wickeln Sie sie zuvor in einen Gazebeutel ein.



Achtung:

- A. Achten Sie auf den aus dem Gerät austretenden Dampf. Stellen Sie sicher, dass das Rohr nicht geknickt oder blockiert wird und dass der Dampfdruckgang frei bleibt.
- B. Bevor Sie das Gerät starten, drehen Sie bitte die Abdeckung fest, um zu verhindern, dass die Abdeckung während des Gebrauchs aufspringt.
- C. Bevor Sie die Geräteabdeckung öffnen und Wasser hinzufügen oder das Gerät reinigen, muss zuerst das Netzkabel herausgezogen und das Gerät außer Betrieb genommen werden. Beginnen Sie erst, nachdem das Gerät 10 Minuten lang abgekühlt ist.
- D. Es ist verboten, Milch, ätherische Öle, Alkohol und andere brennbare, explosive, flüchtige und expansive/ausdehnende Substanzen in das Gerät zu geben.

Verpackungsinhalt

A  1pc	B  1pc	C  Nutzergewicht : 100kg 1pc	D  1pc	E  1pc
F  2pcs	G  1pc	H  1pc	I  1pc	J  1pc

Spezifikationen

Gesamtabmessungen (L x B×H)	85x85x145cm
Material	Baumwollbezug & Eisenrahmen
Nennspannung des Dampfgeräts	220V / 50~60HZ
Leistung des Dampfgeräts	1000W

Aufbauanweisungen



Abb. 1



Abb. 2

1. Nehmen Sie die Saunaabdeckung aus der Tragetasche und klappen Sie sie, wie in Abb. 1 gezeigt auf.

2. Halten Sie den Innenrahmen fest und ziehen sie ihn, wie in Abb. 2 gezeigt diagonal heraus.

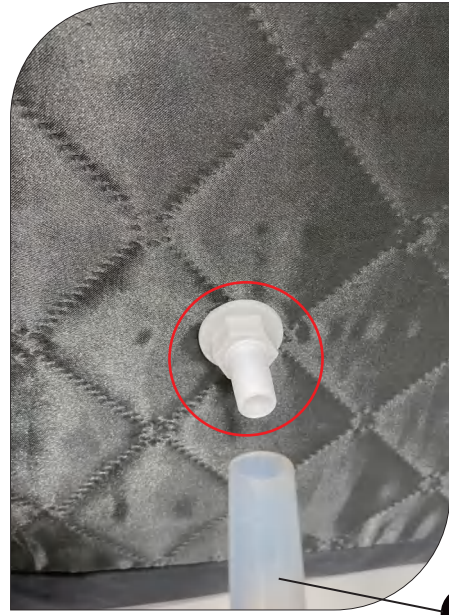
3. Die Saunaabdeckung wird, wie in Abb. 3 aussehen, nachdem sie vollständig entfaltet ist.



Abb. 3



Das Loch befindet sich
auf der Seite der Sauna



F

verbinden Sie das
Rohr mit dem
Verbindungsstück



J

Verbindungsstück durch
das Loch stecken



Verbindungsstück auf der
Innseite befestigen

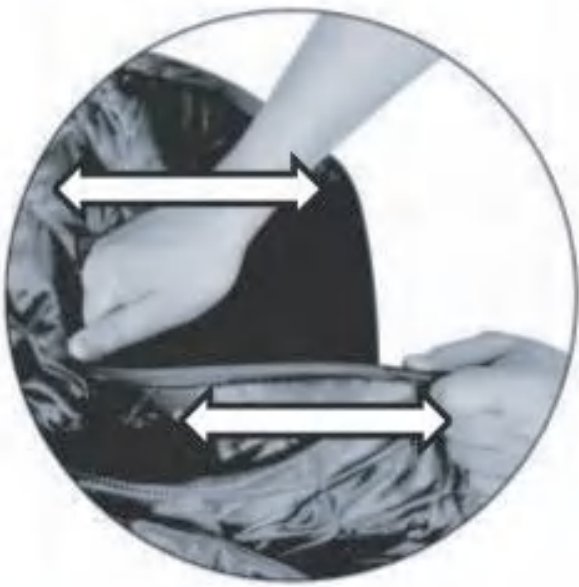


Abb. 4



Hinweis: Wenn der Rahmen der Saunaabdeckung nicht mehr in Form ist, drehen Sie ihn bitte wiederholt nach vorne und nach hinten, um ihn wieder anzupassen, wie in Abb. 4 gezeigt.

Platzieren Sie die Matte, die Dampfgerät und den Stuhl wie oben gezeigt in den Rahmen. Stellen Sie sicher, dass die Dampfgerät mindestens 40 cm von Ihren Füßen entfernt ist, wenn Sie auf dem Stuhl sitzen.

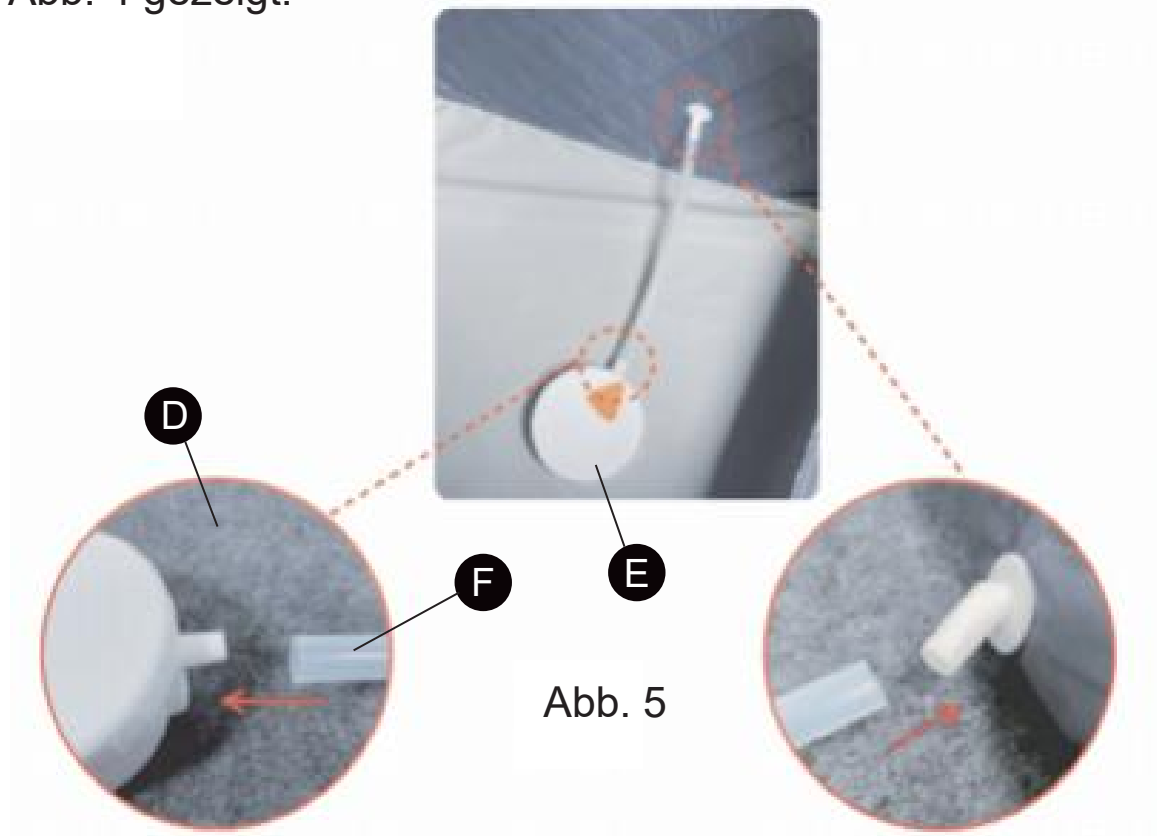


Abb. 5

Verwenden Sie eines der Rohre, um das Dampfgerät und das Auslassloch an der Innenseite der Saunaabdeckung zu verbinden, wie in Abb. 5 gezeigt. Stellen Sie sicher, dass das Rohr mit den beiden Teilen verbunden ist.



Hinweis: Stellen Sie sicher, dass das Dampfgerät flach mit der Abdeckung nach oben steht und dass sich im Umkreis von 10 cm keine Gegenstände befinden.



Verwenden Sie eines der Rohre, um das Dampfgerät und das Einlassloch an der Außenseite der Saunaabdeckung zu verbinden, wie in Abb. 6 gezeigt. Stellen Sie sicher, dass das Rohr gut mit den beiden Teilen verbunden ist. Sollten die Schläuche während des Gebrauchs abfallen oder sich lockern, schalten Sie bitte den Strom aus und lassen Sie es zuerst gründlich abkühlen, bevor Sie die Verbindung erneut herstellen.



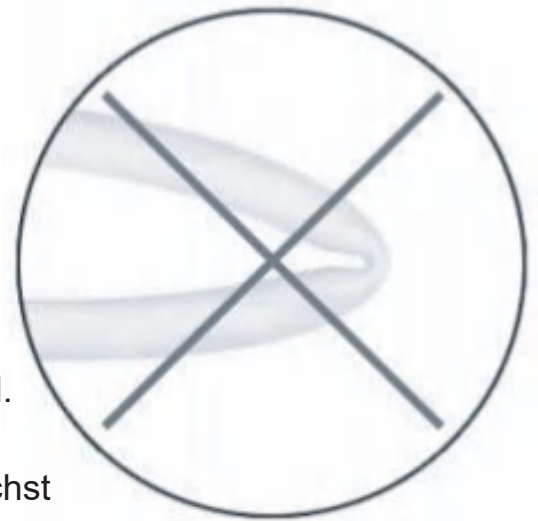
Achtung:

Bitte achten Sie bei der Verwendung des Produkts darauf, dass die Rohre nicht verbogen sind.

Dies ist im rechten Bild dargestellt, da es den Dampffluss blockieren würde. Als Ergebnis kann es dazu führen, dass Rohre abspringen und heißer Dampf entweicht, was zu Verbrühungen und anderen Körperverletzungen führen kann.

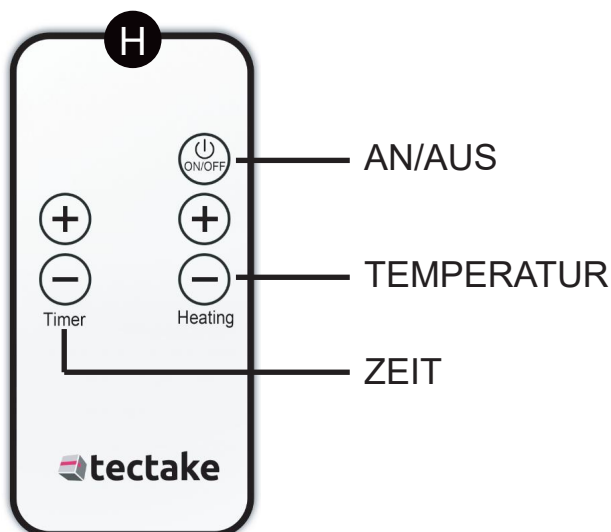
Stellen Sie sicher, dass die Rohre gerade platziert sind.

Wenn Sie feststellen, dass sie verbogen sind, schalten Sie den Strom aus und lassen Sie sie das Gerät zunächst gründlich abkühlen, bevor Sie ihre Position anpassen.



Bedienungsanleitung

1. Schließen Sie den Deckel und geben Sie Wasser in das Dampfgerät, bis das Wasser die 1,5-Liter-Wasserlinie erreicht.
2. Stellen Sie sicher, dass der Deckel des Dampfgeräts verriegelt ist, und schließen Sie ihn an die Stromversorgung an.
3. Drücken Sie die Tasten am Dampfgerät oder der Fernbedienung zum Einschalten. Stellen Sie die Zeit auf 20 Minuten und die Temperatur auf P15 ein. Lassen Sie zunächst etwa 7 Minuten vorheizen.



4. Bevor Sie in die Sauna steigen, stellen Sie die Temperatur zunächst wieder auf P5 ein, da P5 für die meisten Menschen geeignet ist. Sie können es aufdrehen, wenn Sie meinen, dass es nicht heiß genug ist.
5. Denken Sie nach dem Gebrauch daran, den Netzstecker zu ziehen und das Produkt gründlich abkühlen zu lassen, bevor Sie es zerlegen.

Drei Schritte, um Wasser einzufüllen



1. gegen den Uhrzeigersinn drehen, um den Deckel zu öffnen.



2. Geben Sie eine angemessene Menge Wasser in das Dampfgerät.
(Hinweis: Den maximalen Wasserstand nicht überschreiten).



3. Ziehen Sie den Deckel im Uhrzeigersinn fest, um ein Auslaufen zu verhindern.

Klappstufen

1



2



3



4



5



6



7



8



Vorteile für die Gesundheit

Entgiftung und Körperreinigung

Entgiftung ist ein körperlicher Prozess, der gesundheitsgefährdende Giftstoffe aus unserer Umwelt, der Ernährung und unserem eigenen Körper in etwas Unschädliches umwandelt bzw. ausscheidet.

Schweiß ist der natürliche Weg des Körpers, schädliche Giftstoffe auszuscheiden und reinigt unseren Körper über die Haut. Die Infrarot-Saunawellen dringen tief unter die Haut ein und helfen dem Körper, tief unter der Haut verborgene Giftstoffe auszuscheiden.

Gewichtsverlust

Saunen helfen nachweislich dabei, Gewicht zu verlieren und Kalorien zu verbrennen. Laut dem Journal of the American Medical Association kann ein Saunagang zwischen 300 und 700 Kalorien verbrennen.

Linderung von Schmerzen und Arthritis

Die Hitze in einer Sauna hilft bei der Linderung von Schmerzen, die mit Erkrankungen wie Arthritis einhergehen, sorgt für Entspannung der Muskeln und verbessert die Beweglichkeit und Funktion der Gelenke.

Hautreinigung

Während eines Saunagangs wird die Haut gereinigt und abgestorbene Zellen werden ersetzt, sodass die Haut in gutem Zustand bleibt. Die Saunawärme entspannt zudem Verspannungen im Gesicht und verbessert die Hautelastizität. Durch den Prozess des Schwitzens werden auch Bakterien aus der Epidermisschicht gespült und die Schweißdrüsen ausgewaschen.

Herz-Kreislauf Training

Finnische Forscher haben berichtet, dass die regelmäßige Nutzung von Saunen dazu beiträgt, die Blutgefäße in einem gesünderen Zustand zu halten. Gefäße werden ausgedehnter, elastischer und biegsam aufgrund der regelmäßigen Ausdehnung und Kontraktion durch den Prozess des wiederholten Erhitzens und Abkühlens des Körpers.

Niedriger Blutdruck und verbesserte Durchblutung

Die Erweiterung der Blutgefäße bringt das Blut näher an die Hautoberfläche. Die Gefäße erweitern sich, um den erhöhten Blutfluss aufzunehmen, die Durchblutung in den Extremitäten verbessert sich und infolgedessen sinkt der Blutdruck. Die Wirkung auf den Blutdruck ist vorübergehend, aber medizinische Untersuchungen zeigen, dass häufiges Saunabaden auch dazu führen kann, dass der Blutdruck einer Person niedriger bleibt.

HAFTUNGSAUSSCHLUSS:

Die Sauna und ihre angeschlossenen Einrichtungen sind nicht als medizinische Behandlung oder Aufklärung zu verstehen.

Behandlung. Die in diesem Handbuch enthaltenen Informationen dienen nur der allgemeinen Information und gehen nicht auf individuelle Umstände oder medizinische Beschwerden ein. Die Eignung variiert von Person zu Person und den in diesem Handbuch bereitgestellten Informationen.

Sie sollten sich bei Entscheidungen über Ihre Gesundheit nicht ausschließlich darauf verlassen. Fragen Sie immer Ihren Arzt um medizinischen Rat. Benutzen Sie das Produkt nicht für andere als den vorgesehenen Zweck. Zerlegen Sie das Produkt nicht und versuchen Sie nicht, es zu reparieren. Überprüfen Sie regelmäßig den Zustand des Produkts. Stellen Sie die Verwendung sofort ein, wenn Mängel festgestellt werden. Reparatur nur durch Fachpersonal.

Saunen und Medikamente

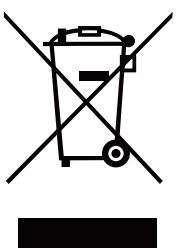
Personen, die verschreibungspflichtige Medikamente einnehmen, sollten den Rat ihres Hausarztes oder Apothekers einholen, um mögliche Veränderungen der Arzneimittelwirkung zu erfahren, wenn der Körper erhöhten Körpertemperaturen ausgesetzt wird. Diuretika, Barbiturate und Betablocker können die natürlichen Wärmeverlustmechanismen des Körpers beeinträchtigen. Einige rezeptfreie Medikamente wie Antihistaminika können ebenfalls dazu führen, dass der Körper anfälliger für einen Hitzschlag ist.

Saunen und Kinder

Die Körperkerntemperatur von Kindern steigt viel schneller an als von Erwachsenen. Dies liegt an einer höheren Stoffwechselrate pro Körpermasse, einer eingeschränkten Kreislaufanpassung an erhöhte Herzanforderungen und der Unfähigkeit, die Körpertemperatur durch Schwitzen zu regulieren. Konsultieren Sie den Kinderarzt Ihres Kindes, bevor Sie Ihrem Kind erlauben, die Sauna zu benutzen. Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Produkt spielen.

Saunen und ältere Menschen

Die Fähigkeit, die Körperkerntemperatur aufrechtzuerhalten, nimmt mit zunehmendem Alter ab. Dies ist vor allem auf Durchblutungsstörungen und eine verminderte Funktion der Schweißdrüsen zurückzuführen. Der Körper muss in der Lage sein, seine natürlichen Kühlprozesse zu aktivieren, um die Körperkerntemperatur aufrechtzuerhalten.

Abfallentsorgung	
	Diese Kennzeichnung zeigt an, dass dieses Gerät nicht mit sonstigem Hausmüll zusammen entsorgt werden darf. Um mögliche Umweltschäden oder Gesundheitsschäden durch unkontrollierte Müllentsorgung zu vermeiden, müssen Sie das Gerät ordentlich entsorgen und das Material wiederverwenden. Greifen Sie bitte auf die Rücknahme- und Abfallsammlungssysteme zurück oder kontaktieren Sie den Anbieter, bei dem das Produkt erworben wurde. Dieser kann das Produkt für eine umweltgerechte Entsorgung entgegennehmen.

Ansprechpartner
 tectake GmbH
 Tauberweg 41
 97999 Igersheim
 Telefon: +49 7931 991 920
www.tectake.de
 E-Mail: verkauf@tectake.de

Manuel d'utilisation du sauna à vapeur portable

Avant d'installer et d'utiliser ce produit,
veuillez lire attentivement ces instructions.
Conservez ces instructions pour toute référence ultérieure.



Précautions d'utilisation:

Ce sauna n'est pas un équipement médical et n'est pas destiné à des fins médicales.

Consultez votre médecin avant d'utiliser ce sauna si vous êtes enceinte ou si vous suivez un traitement médical.

Cessez immédiatement d'utiliser le sauna si vous vous sentez mal à l'aise, si vous avez des vertiges ou si vous vous sentez somnolent.

Ne pas brancher le sauna lorsqu'il est plié pour être rangé.

Rester trop longtemps dans le sauna peut provoquer une surchauffe.

 Il est fortement recommandé de ne pas utiliser le sauna pendant plus de 20 minutes par jour et de ne pas l'utiliser plus de 3 fois par semaine.

 L'utilisation du sauna est déconseillée aux personnes de moins de 18 ans.

NE PAS UTILISER le sauna dans les conditions suivantes :

1. Personnes atteintes de maladies respiratoires
2. Personnes souffrant de troubles cardiaques
3. Personnes ayant une tension artérielle élevée ou basse
4. Femmes enceintes
5. Personnes ayant des troubles ou maladies de la peau
6. Personnes ayant consommé de l'alcool.

Consultez votre médecin avant l'utilisation de ce produit.

AVERTISSEMENT (à lire attentivement avant d'utiliser le sauna)

Débranchez le cordon d'alimentation après chaque utilisation.

Ne pas utiliser dans l'eau ou à proximité de l'eau en raison du risque d'électrocution.

Gardez le cordon d'alimentation à l'écart des sources de chaleur.

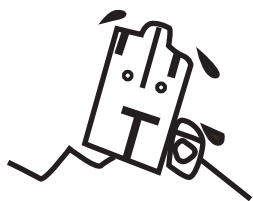
Ne jamais utiliser l'appareil si le cordon ou la fiche ont été endommagés.

Ne pas tirer sur le cordon électrique.

Toute réparation doit être effectuée par le fabricant, son service après-vente ou toute autre personne qualifiée.

Ne jamais utiliser l'appareil dans des conditions humides ou mouillées !

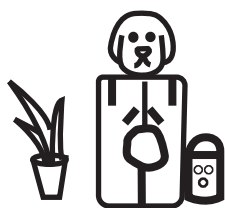
Consignes de sécurité



Veillez à maintenir le produit en équilibre lorsque vous l'utilisez. Pour éviter tout risque d'incendie, ne placez pas le sauna à proximité de matériaux inflammables.



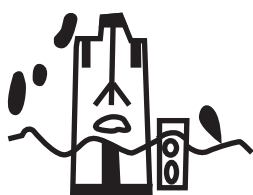
Les femmes enceintes et les personnes souffrant d'hypertension artérielle et de maladies cardiaques ne doivent pas utiliser ce produit. Veuillez attendre au moins 30 minutes après avoir mangé avant son utilisation. Pour votre sécurité, n'utilisez pas ce produit en cas de fort appétit.



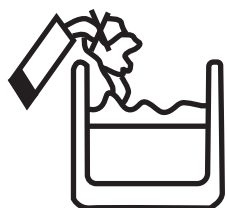
Ne mettez pas d'animaux ou de plantes dans le sauna.



Lorsque vous utilisez le produit, restez à une distance d'au moins 10 cm des buses de vapeur. Ne touchez pas les buses de vapeur à main nue.



N'utilisez pas le produit dans un environnement humide et ne l'immergez pas dans l'eau.



L'eau remplie dans l'appareil à vapeur ne doit pas dépasser la ligne d'eau maximale pour éviter tout dysfonctionnement.



L'utilisateur doit boire 200 à 300 ml d'eau ou de thé avant d'utiliser le produit. Préparez une serviette pour essuyer la sueur. Faites une pause après une certaine période d'utilisation. Ne pas utiliser le produit pendant plus de 20 minutes d'affilées.

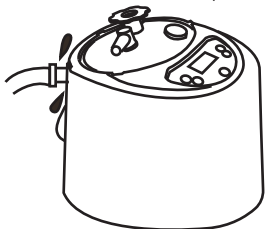


Les personnes âgées ne doivent pas utiliser le produit sans surveillance d'un membre de leur famille.

Consignes de sécurité



Lorsque le niveau d'eau interne est insuffisant, l'écran affiche E1. Débranchez l'alimentation dès que possible, attendez que la chaudière refroidisse, ajoutez la quantité d'eau appropriée, puis redémarrez l'appareil. S'il ne redémarre pas, veuillez contacter le fournisseur. Ne mettez jamais le four vapeur en marche sans y avoir ajouté de l'eau.



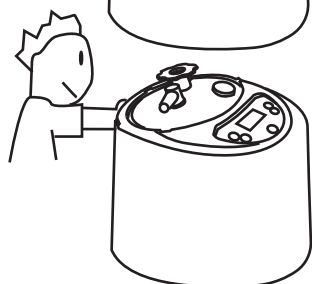
N'oubliez pas de débrancher l'appareil après utilisation et de le nettoyer avec un chiffon humide après 15 minutes de refroidissement. Ne nettoyez pas le produit directement avec de l'eau.



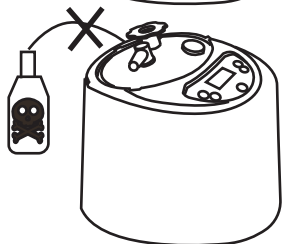
La cabine de sauna et le diffuseur de vapeur doivent être placés au niveau du sol. Si le diffuseur ne fonctionne pas, n'ouvrez pas immédiatement le couvercle. Débranchez l'appareil et laissez-le d'abord refroidir complètement.



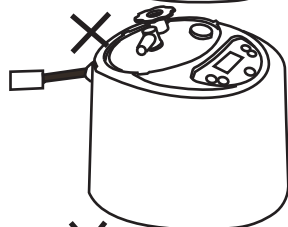
Gardez toujours le produit propre et en bon état afin de prolonger sa durée de vie.



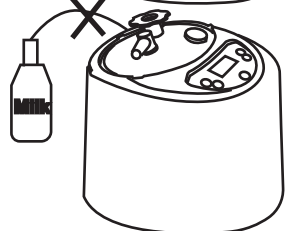
Tenir le produit hors de portée des enfants.



Les liquides inflammables, toxiques, corrosifs ou autres liquides nocifs ne doivent pas être introduits dans le diffuseur de vapeur, car ils peuvent provoquer des blessures corporelles ou des dégâts matériels.



Le diffuseur de vapeur ne doit être utilisé qu'avec la cabine de sauna. Il ne doit pas être utilisé à d'autres fins de chauffage. Ne réparez pas ou ne modifiez pas le produit vous-même, cela annulerait la garantie.



Le lait ne doit pas être mis dans le diffuseur de vapeur. Si vous souhaitez utiliser des herbes ou des fleurs, veuillez les mettre dans le réservoir à vapeur (annexe E) et les envelopper au préalable dans un sachet en gaze.



ATTENTION :

- A. Faites attention aux hautes températures de la vapeur éjectée par l'appareil. Faites attention à ne pas plier ni bloquer le tube, and à garder le conduit de vapeur dégagé.
- B. Avant de démarrer l'appareil, veuillez fermer le couvercle fermement afin d'éviter qu'il ne s'ouvre en cours d'utilisation.
- C. La prise électrique doit être retirée avant d'ouvrir le couvercle de l'appareil et d'ajouter de l'eau ou le nettoyer. Veuillez attendre que l'appareil refroidisse au moins 10 minutes.
- D. Il est strictement interdit d'ajouter du lait, des huiles essentielles, de l'alcool et tout autre produit inflammable, explosifs, volatils et corrosifs dans l'appareil.

Contenu de la livraison

A  1pc	B  1pc	C  Poids de l'utilisateur :100kg 1pc	D  1pc	E  1pc
F  2pcs	G  1pc	H  1pc	I  1pc	J  1pc

Caractéristiques techniques

Dimensions totales (L x l×H)	85x85x145cm
Matériaux	Housse en coton & structure en métal
Tension	220V / 50~60HZ
Puissance	1000W

Instructions d'installation



Figure 1



Figure 2

1. Sortir la housse de tente de sauna de son sac de transport et la déplier à partir du centre, comme indiqué sur la Figure 1.

2. Tenir l'armature intérieure et la tirer en diagonale comme indiqué sur la Figure 2.

3. Une fois dépliée, la housse de tente de sauna aura l'aspect de la Figure 3.



Figure 3



Le trou se trouve sur le côté de la housse de tente de sauna.



F

Raccorder le tuyau au connecteur.



J

Le raccord à travers le trou.



Sécurisez le raccord de l'intérieur.

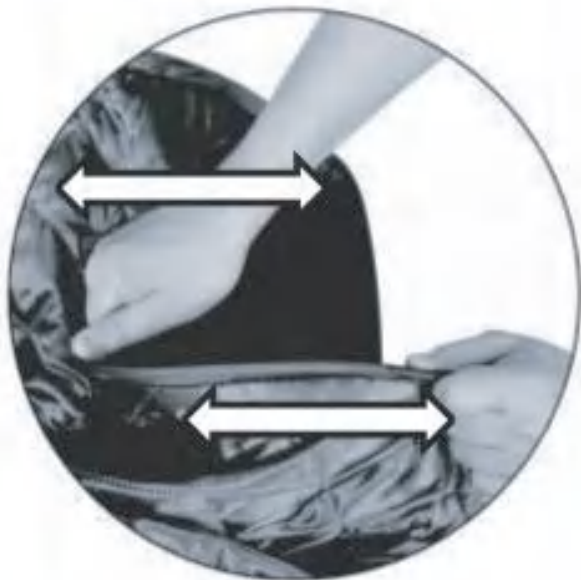


Figure 4

Remarque : Si la housse de la tente de sauna est déformée, veuillez la tourner vers l'avant et vers l'arrière à plusieurs reprises pour la réajuster, comme indiqué à la Figure 4.



Placez le tapis, l'appareil à vapeur et la chaise dans le cadre comme indiqué ci-dessus. Veillez à ce que l'appareil à vapeur soit au moins à 40 cm de vos pieds lorsque vous vous asseyez sur la chaise.

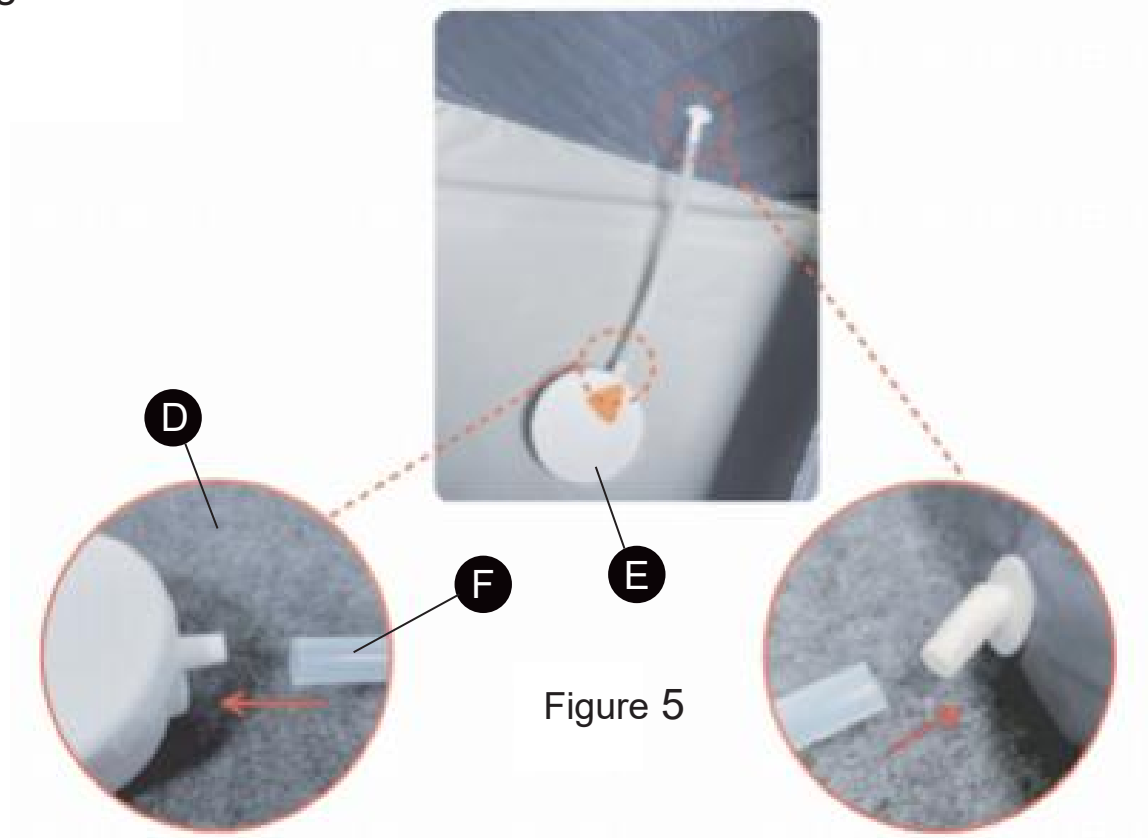
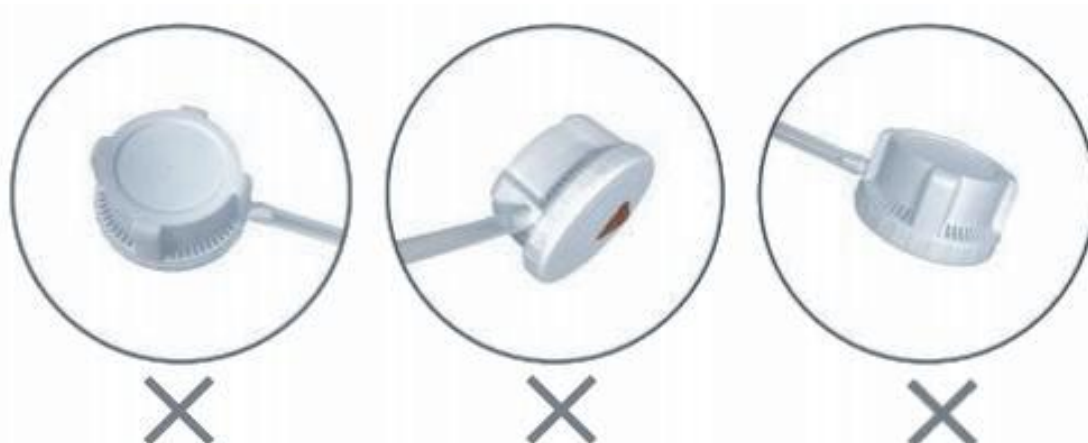


Figure 5

Utiliser l'un des tuyaux à vapeur pour relier le diffuseur de vapeur à l'orifice de sortie situé sur la face intérieure de la toile de la tente du sauna, comme indiqué à la Figure 5. Assurez-vous que le tube à vapeur est bien connecté aux deux parties.



Remarque : Veillez à ce que le diffuseur de vapeur soit placé à plat avec son couvercle sur le dessus et qu'il n'y ait pas d'objets dans sa périphérie à moins de 10 cm.



Figure 6

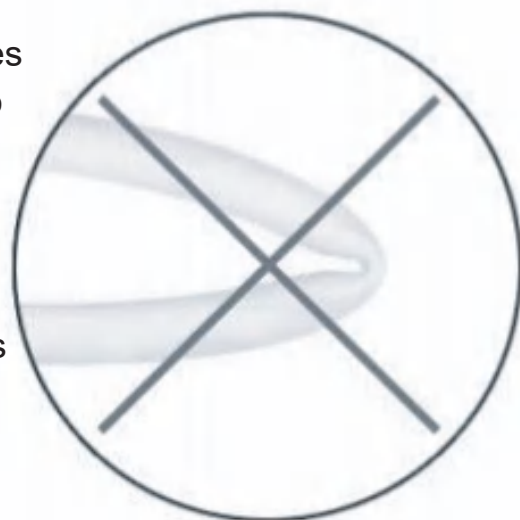
Utilisez l'un des tuyaux à vapeur pour relier le diffuseur de vapeur et l'orifice d'entrée situé sur le côté extérieur de la housse de la tente de sauna, comme illustré à la Figure 6. Veillez à ce que le tuyau à vapeur soit bien relié aux deux parties. Si les tuyaux tombent ou se desserrent pendant l'utilisation, veuillez éteindre l'appareil et les laisser refroidir complètement avant de les reconnecter.



Attention :

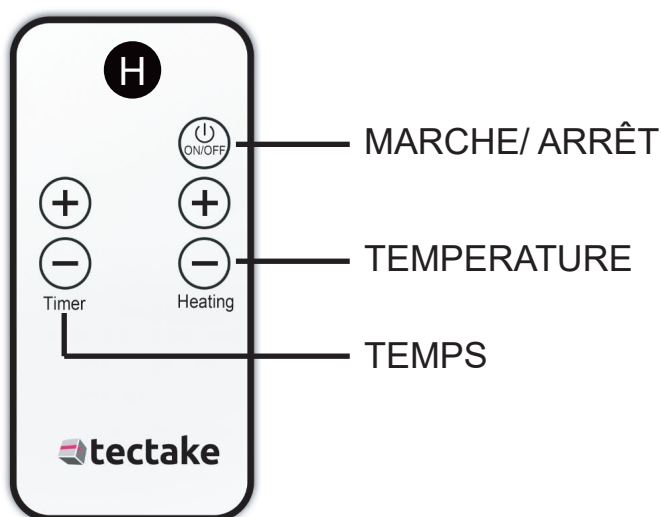
Lorsque vous utilisez le produit, veillez à ce que tous les tuyaux ne soient pas pliés, comme indiqué sur la photo de droite, car cela bloquerait le flux de vapeur. En conséquence, les tuyaux risquent de se détacher et la vapeur chaude de s'échapper, provoquant des brûlures et d'autres blessures corporelles.

Assurez-vous que les tuyaux soient bien droits. Si vous constatez qu'ils sont pliés, éteignez l'appareil et laissez-les refroidir complètement avant d'ajuster leur position.



Instructions d'utilisation

1. Fermez le couvercle et ajoutez de l'eau dans le diffuseur de vapeur jusqu'à ce que l'eau atteigne la ligne d'eau de 1,5 L.
2. Assurez-vous que le couvercle est verrouillé sur le cuiseur à vapeur et branchez-le sur le secteur.
3. Appuyez sur les boutons du diffuseur de vapeur ou utilisez la télécommande pour le mettre en marche et réglez la durée sur 20 minutes et la température sur P15. Laissez-le préchauffer pendant environ 7 minutes.



4. Avant de pénétrer dans la cabine, réglez d'abord la température sur P5, car elle convient à la plupart des gens. Vous pouvez augmenter la température si vous pensez qu'elle n'est pas assez élevée.
5. Après utilisation, n'oubliez pas de débrancher l'appareil et de le laisser refroidir complètement avant de le démonter.

Les 3 étapes pour ajouter de l'eau



1. Dévisser le couvercle en le tournant dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.



2. Ajouter la quantité souhaitée d'eau dans le diffuseur.
(Remarque: Ne pas dépasser la ligne d'eau maximale).



3. Refermer parfaitement le couvercle dans le sens des aiguilles d'une montre pour éviter les fuites.

Étapes de pliage

1



2



3



4



5



6



7



8



Les avantages pour la santé

Détoxification et nettoyage du corps

La détoxification est un processus corporel qui transforme les substances toxiques dangereuses pour la santé provenant de notre environnement, de notre alimentation et de notre propre corps en éléments inoffensifs. La sueur est le moyen naturel du corps pour se débarrasser des toxines nocives et nettoyer notre corps à travers la peau. Les ondes du sauna infrarouge pénètrent profondément sous la peau pour aider le corps à se débarrasser de ces toxines enfouies sous la peau.

Perte de poids

Il est prouvé que les saunas aident à perdre du poids et à éliminer les calories. Selon le Journal of the American Medical Association, une séance de sauna permet de brûler entre 300 et 700 calories.

Soulagement de la douleur et de l'arthrite

La chaleur d'un sauna aide à soulager la douleur associée à des affections telles que l'arthrite, à soulager les muscles et à améliorer la souplesse et le fonctionnement des articulations.

Purification de la peau

Lors d'une séance de sauna, la peau est nettoyée et les cellules mortes sont remplacées, ce qui permet à la peau de rester en bonne santé. La chaleur du sauna détend également les tensions du visage et améliore l'élasticité de la peau. Le processus de transpiration permet également de rincer les bactéries de la surface de l'épiderme et de dégager les canaux de sudation.

Entraînement cardiovasculaire

Des chercheurs finlandais ont rapporté que l'utilisation régulière des saunas aide à maintenir les vaisseaux sanguins dans un état plus sain. Les vaisseaux deviennent plus amples, plus élastiques et plus souples en raison de la dilatation et de la contraction régulières dues au processus de réchauffement et de refroidissement répétés du corps.

Baisse de la tension artérielle et amélioration de la circulation

La dilatation des vaisseaux sanguins amène le sang plus près de la surface de la peau et, comme les vaisseaux sanguins se dilatent pour faire face à l'augmentation du flux sanguin, la circulation dans les extrémités s'améliore et, par conséquent, la pression artérielle diminue. L'effet sur la tension artérielle est temporaire, mais la recherche médicale montre que des séances fréquentes de sauna peuvent faire baisser la tension artérielle d'une personne.

CLAUDE DE NON-RESPONSABILITÉ :

Le sauna et sa distribution ne doivent pas être considérés comme des conseils médicaux, une thérapie ou un traitement. Les informations contenues dans ce manuel sont données à titre d'information générale uniquement et ne traitent pas des circonstances individuelles ou des conditions médicales. La pertinence variera d'une personne à l'autre et des informations fournies dans ce manuel. Vous ne devez pas vous y fier uniquement pour prendre des décisions concernant votre santé. Consultez toujours votre médecin pour obtenir des conseils médicaux. N'utilisez pas le produit à d'autres fins que celles pour lesquelles il a été conçu. Ne démontez pas le produit et n'essayez pas de le réparer. Vérifiez régulièrement l'état du produit. Cessez immédiatement de l'utiliser si vous constatez un quelconque problème. Les réparations doivent être effectuées uniquement par du personnel qualifié.

Sauna et médicaments

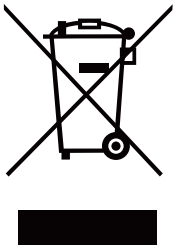
Les personnes qui utilisent des médicaments doivent demander l'avis de leur médecin ou d'un pharmacien pour savoir si l'effet du médicament peut être altéré lorsque le corps est exposé à des températures corporelles élevées. Les diurétiques, les barbituriques et les bêta-bloquants peuvent entraver les mécanismes naturels de perte de chaleur du corps. Certains médicaments en vente libre tels que les antihistaminiques peuvent également rendre le corps plus vulnérable aux coups de chaleur.

Sauna et enfants

La température corporelle moyenne des enfants augmente beaucoup plus rapidement que celle des adultes. Cela est dû à un taux métabolique plus élevé par masse corporelle, à une adaptation circulatoire limitée aux besoins cardiaques accrus et à l'incapacité de réguler la température corporelle par la transpiration. Consultez le pédiatre de votre enfant avant de l'autoriser à utiliser le sauna. Les enfants doivent être surveillés pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec le produit.

Sauna et personnes âgées

La capacité à maintenir la température corporelle centrale diminue avec l'âge. Cela est principalement dû à des problèmes circulatoires et à une diminution de la fonction des glandes de sudation. L'organisme doit être en mesure d'activer ses processus naturels de refroidissement afin de maintenir la température corporelle centrale.

Élimination des déchets	
	Ce signe indique que ce produit ne doit pas être éliminé avec les déchets ménagers. Pour éviter tout effet négatif sur l'environnement ou la santé lié à une élimination incontrôlée des déchets, recyclez-le de façon responsable pour promouvoir la réutilisation durable des ressources matérielles. Utilisez les systèmes de collecte et reprise ou contactez le revendeur vous ayant vendu le dispositif pour renvoyer votre appareil usé. Ceux-ci peuvent procéder au recyclage du produit en toute sécurité.

Personne de contact
 Made4Home SAS
 137 av. Gustave Eiffel
 ZI Rognac Nord
 13340 Rognac (France)
 téléphone au: +33 4 42 81 81 80
www.tectake.fr
 E-Mail: contact@tectake.fr

Manual de usuario de la sauna de vapor portátil

Antes de instalar y utilizar este producto,
por favor lea estas instrucciones cuidadosamente.
Conserve estas instrucciones para futuras consultas.



Precauciones de uso:

Esta sauna no es un equipo médico y no está destinada para fines médicos.

Consulte a su médico antes de usar esta sauna si está embarazada o si se encuentra bajo atención médica.

Deje de usar la sauna inmediatamente si experimenta incomodidad, mareos o somnolencia.

No lo conecte mientras esté plegado para almacenarlo.

Permanecer demasiado tiempo en la sauna puede causar sobrecalentamiento.

 Se recomienda encarecidamente NO usar la sauna por más de 20 minutos al día y NO utilizarla más de 3 veces por semana.

 NO es recomendado para menores de 18 años.

NO utilice la sauna bajo ninguna de las siguientes condiciones de salud:

1. Cualquier tipo de enfermedad respiratoria
2. Cualquier persona que tenga una enfermedad cardíaca
3. Hipertensión o hipotensión
4. Embarazo
5. Cualquier enfermedad o trastorno de la piel
6. Después o durante el consumo de alcohol o bebidas alcohólicas, consulte con su médico sobre el uso de la sauna.

¡ADVERTENCIA! (Por favor, lea atentamente antes de usar la sauna)

Desconecte el cable de alimentación después de cada uso.

No utilice en el agua ni cerca de ella por peligro de descarga eléctrica.

Mantenga el cable eléctrico alejado de fuentes de calor.

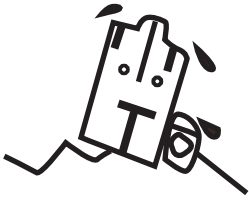
Nunca utilice el aparato si el cable o el enchufe están dañados.

No tire del cable eléctrico.

Cualquier reparación debe ser realizada por el fabricante, su agente de servicio o personal cualificado.

¡Nunca la utilice en condiciones húmedas o mojadas!

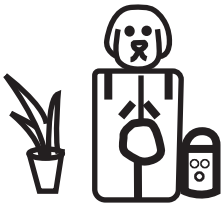
Instrucciones de seguridad



Por favor, mantenga el producto en equilibrio al usarlo. Para evitar el riesgo de incendio. No coloque el vaporizador cerca de materiales inflamables.



Las mujeres embarazadas y las personas con hipertensión y enfermedades cardíacas no deben usar este producto. Por favor, espere al menos 30 minutos después de comer antes de usar este producto. No utilice este producto en momentos de gran hambre por su seguridad.



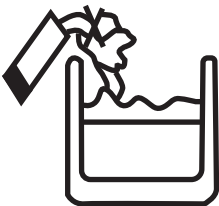
No introduzca ni animales ni plantas en la sauna.



Al usar el producto, mantenga al menos 10 cm de distancia de los poros de vapor. No toque los poros de vapor con las manos desnudas.



No utilice el producto en un ambiente húmedo ni lo sumerja en agua.



En caso de avería, el agua del vaporizador no debe sobrepasar la línea de agua máxima.



Los usuarios deben beber entre 200 a 300 ml de agua o té antes de usar el producto. Por favor, prepare una toalla para secar el sudor. Tómese un descanso después de un cierto período de uso. No utilice el producto de forma consecutiva durante más de 20 minutos en una sola vez.

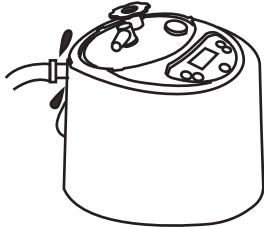


Las personas mayores deben estar acompañadas por sus familiares al usar el producto.

Instrucciones de seguridad



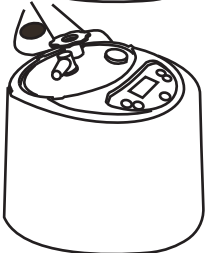
Cuando el nivel de agua en el interior es bajo, la pantalla mostrará el código E1. Desconecte la fuente de alimentación lo antes posible, espere a que el vapor se enfríe, agregue una cantidad adecuada de agua y luego reinicie el equipo. Si no lo hace, póngase en contacto con el proveedor. Nunca encienda el vaporizador sin agua.



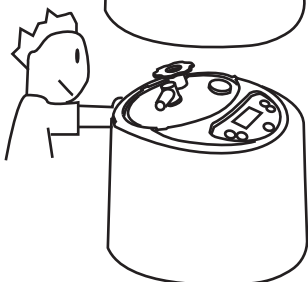
No olvide desconectar el aparato después de usarlo y limpiarlo con un paño húmedo después de 15 minutos de enfriamiento. No limpie el producto directamente con agua.



La sauna y el vaporizador deben colocarse sobre una superficie estable. Si el vaporizador no funciona, no abra la tapa de inmediato. Desconecte la corriente y déjela enfriar completamente.



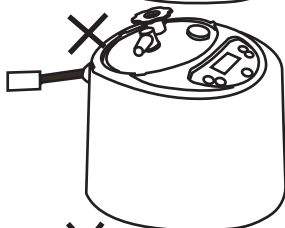
Siempre mantenga el producto limpio y en buen estado, ya que esto prolongará su vida útil.



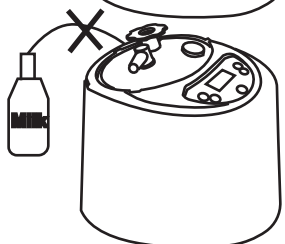
Mantenga el producto fuera del alcance de los niños.



No se deben introducir líquidos inflamables, tóxicos, corrosivos u otros líquidos dañinos en el vaporizador, ya que pueden causar lesiones corporales o daños a la propiedad.



El vaporizador debe utilizarse únicamente en la sala de sauna. No debe usarse para otros fines de calefacción. No intente reparar o modificar el producto por su cuenta, ya que esto invalidará la garantía.



No se debe introducir leche en el vaporizador. Si desea utilizar hierbas o flores, colóquelas en una caja de vapor (anexo E) y envuélvalas previamente en una bolsa de gasa.



Asuntos que requieren atención

A. Preste atención al vapor de alta temperatura expulsado del instrumento. Asegúrese de no doblar ni bloquear la tubería y mantenga el paso de vapor despejado.

B. Antes de encender el instrumento, gire la tapa correctamente para evitar que se abra durante el uso.

C. Antes de abrir la tapa del instrumento y agregar agua o limpiarlo, debe desconectar el cable de alimentación y esperar 10 minutos para que el instrumento se enfríe antes de operar.

D. Está prohibido añadir leche, aceites esenciales, alcohol y otros productos inflamables, explosivos, volátiles o expansivos en el instrumento.

Contenido del embalaje

A  1pc	B  1pc	C  Peso del usuario : 100kg 1pc	D  1pc	E  1pc
F  2pcs	G  1pc	H  1pc	I  1pc	J  1pc

Especificaciones

Medidas (largo x ancho x alto)	85x85x145cm
Material	Funda de algodón y estructura de acero
Voltaje del vaporizador	220V / 50~60HZ
Potencia del vaporizador	1000W

Instrucciones de montaje



figura 1



figura 2

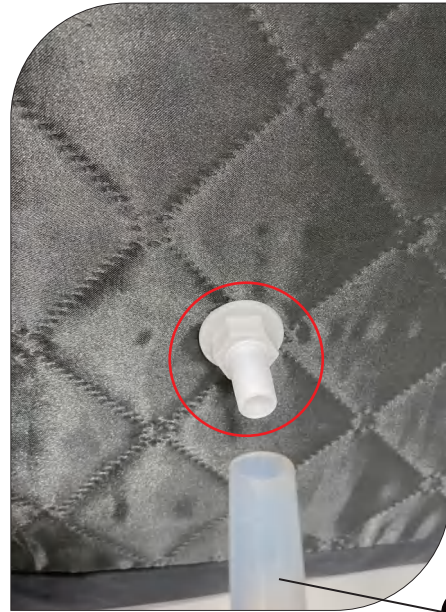
1. Saque la funda de la sauna de la bolsa de transporte y despliegue desde el centro, como se muestra en la figura 1.
2. Sostenga el marco interior y estírelo diagonalmente, como se muestra en la figura 2.
3. La funda de la sauna se verá como en la figura 3 una vez que esté completamente desplegada.



figura 3



El agujero está en el
costado de la tienda de
la sauna



F

La manguera está
conectada al conector



J

Conector a través
del agujero



Asegure el conector
desde el interior

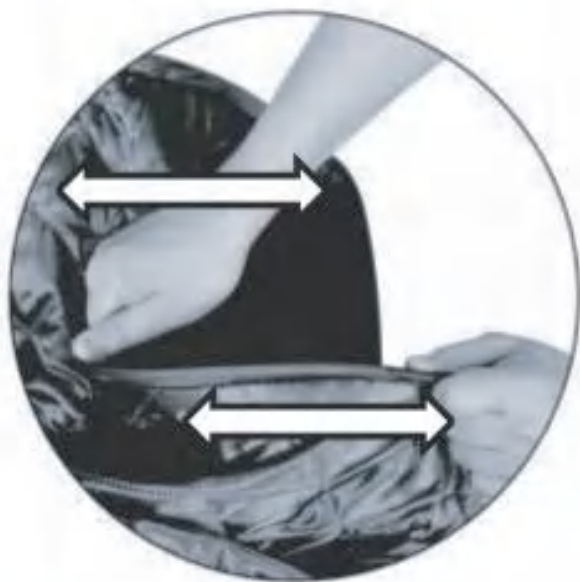


figura 4

Nota: Si el marco de la cubierta de la sauna portátil no está bien ajustado, gírelo hacia adelante y hacia atrás varias veces para corregirlo, como se muestra en la figura 4.



Coloque la alfombrilla, la caja de vapor y la silla en el marco, como se muestra arriba. Asegúrese de que la caja de vapor esté al menos a 40 cm de sus pies cuando esté sentado en la silla.

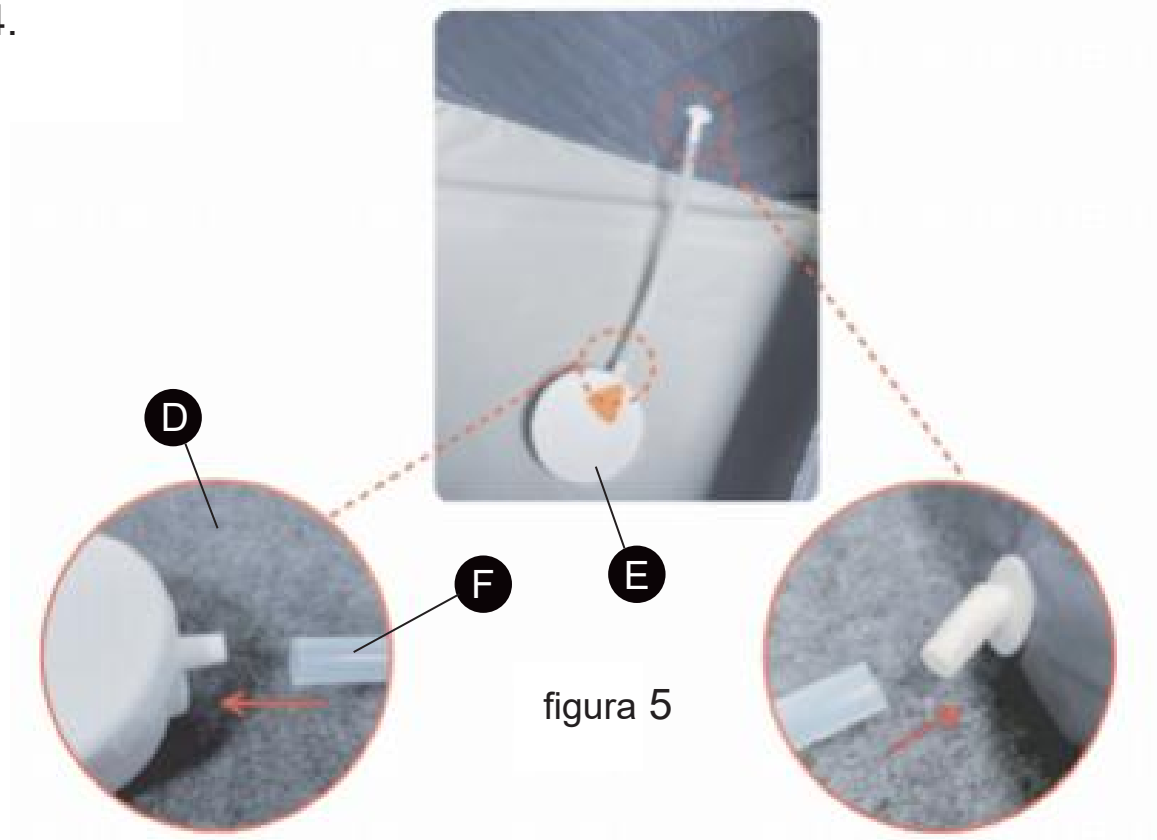
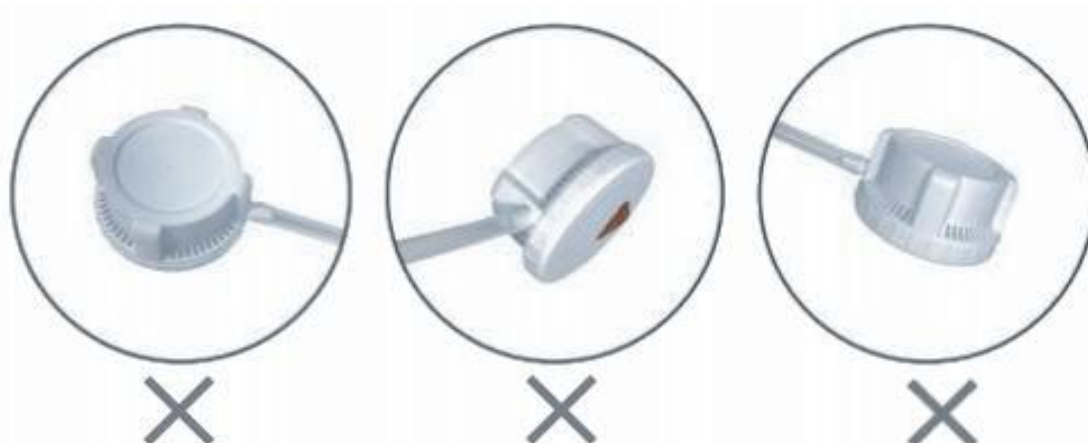


figura 5

Utilice uno de los tubos de vapor para conectar la caja de vapor y el orificio de salida en el lado interior de la cubierta de la sauna portátil, como se muestra en la figura 5. Asegúrate de que el tubo de vapor esté bien conectado con las dos partes.



Nota: Asegúrese de que el vaporizador esté colocado de forma plana con su tapa en la parte superior y que no haya objetos dentro de su perímetro de 10 cm.



Utilice uno de los tubos de vapor para conectar el vaporizador y el orificio de entrada en el lado exterior de la funda de la tienda de sauna, como se muestra en la figura 6. Asegúrese de que el tubo de vapor esté bien conectado a ambas partes. Si los tubos se caen o se aflojan durante el uso, apague la alimentación y deje que se enfríen completamente antes de volver a conectarlos.



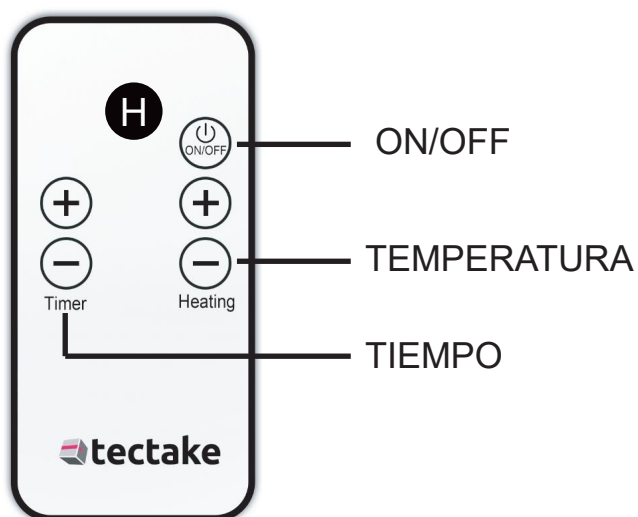
Precaución:

Cuando utilice el producto, asegúrese de que ninguno de los tubos de vapor esté doblado, como se muestra en la imagen de la derecha, ya que esto bloquearía el flujo de vapor. Como resultado, los tubos de vapor podrían desprenderse y el vapor caliente escaparía, lo que podría causar quemaduras y otras lesiones corporales. Asegúrese de que los tubos de vapor estén colocados de manera recta. Si observa que están doblados, apague el equipo y deje que se enfríen completamente antes de ajustar su posición.



Instrucciones de uso:

1. Cierre la cubierta con la cremallera y añada agua al vaporizador hasta que el nivel de agua llegue a la línea de 1.5 L.
2. Asegúrese de que la tapa esté bien cerrada en el vaporizador y conéctelo a la corriente.
3. Presione los botones en el vaporizador o utilice el control remoto para encenderlo y ajuste el tiempo a 20 minutos y la temperatura a P15. Deje que se precaliente durante unos 7 minutos antes de usar.



4. Antes de entrar en la cabina, ajuste la temperatura a P5, ya que P5 es adecuada para la mayoría de las personas. Puede aumentarla si considera que no está lo suficientemente caliente.
5. Después de usar el producto, recuerde desconectarlo de la corriente y dejar que se enfríe completamente antes de desmontarlo.

Tres pasos para añadir agua:



1. Gire la tapa en sentido contrario a las agujas del reloj para abrirla



2. Añada la cantidad adecuada de agua al vaporizador
(nota: no exceda el nivel máximo de agua)



3. Apriete la tapa en sentido horario para prevenir fugas de vapor.

Pasos de plegado

1



2



3



4



5



6



7



8



Beneficios para la salud

Desintoxicación y limpieza del cuerpo

La desintoxicación es un proceso corporal que transforma las sustancias tóxicas perjudiciales, provenientes del medio ambiente, la alimentación y nuestro propio cuerpo, en algo inofensivo o que es excretado. El sudor es la forma natural en que el cuerpo elimina toxinas dañinas y limpia nuestro organismo a través de la piel. Las ondas de la sauna infrarroja penetran profundamente en la piel, ayudando al cuerpo a eliminar las toxinas que se encuentran enterradas en las capas más profundas de la piel.

Pérdida de peso

Las saunas han demostrado ser eficaces para ayudar a perder peso y quemar calorías. Según la revista Journal of the American Medical Association, una sesión de sauna puede quemar entre 300 y 700 calorías.

Alivio del dolor y la artritis

El calor en una sauna ayuda a aliviar el dolor asociado con condiciones como la artritis, proporcionando relajación muscular y mejorando la flexibilidad y función de las articulaciones.

Purificación de la piel

Durante una sesión de sauna, la piel se limpia y las células muertas se reemplazan, lo que mantiene la piel en buen estado. El calor de la sauna también relaja las tensiones faciales y mejora la elasticidad de la piel. El proceso de sudoración también elimina las bacterias de la capa epidérmica y de las glándulas sudoríparas.

Ejercicio cardiovascular

Investigadores finlandeses han informado que el uso regular de saunas ayuda a mantener los vasos sanguíneos en mejores condiciones de salud. Los vasos se vuelven más dilatados, elásticos y flexibles debido a la dilatación y contracción regular que ocurre con el proceso repetido de calentamiento y enfriamiento del cuerpo.

Reducción de la presión arterial y mejora de la circulación

La dilatación de los vasos sanguíneos acerca la sangre a la superficie de la piel y, a medida que los vasos se expanden para acomodar el aumento del flujo sanguíneo, la circulación en las extremidades mejora, lo que resulta en una disminución de la presión arterial. El efecto sobre la presión arterial es temporal, pero investigaciones médicas muestran que el uso frecuente de la sauna puede ayudar a mantener más bajos los niveles de presión arterial de una persona.

AVISO LEGAL

La sauna y sus afiliados no deben ser considerados como asesoramiento, educación o tratamiento médico. La información contenida en este manual es solo para fines informativos generales y no aborda circunstancias o condiciones médicas individuales. La idoneidad variará de una persona a otra, y la información proporcionada en este manual no debe ser la única base para tomar decisiones sobre su salud. Consulte siempre a su médico. No utilice el producto para fines distintos a su uso previsto. No desmonte ni intente reparar el producto. Verifique el estado del producto regularmente. Deje de usarlo de inmediato si encuentra algún defecto. Las reparaciones deben ser realizadas únicamente por personal cualificado.

Saunas y medicamentos

Las personas que están utilizando medicamentos recetados deben consultar a su médico de cabecera o a un farmacéutico sobre posibles cambios en los efectos del medicamento cuando el cuerpo se expone a temperaturas elevadas. Los diuréticos, los barbitúricos y los betabloqueantes pueden afectar la capacidad natural del cuerpo para perder calor. Algunos medicamentos de venta libre, como los antihistamínicos, también pueden hacer que el cuerpo sea más propenso a sufrir un golpe de calor.

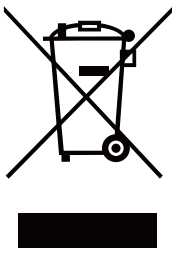
Saunas y niños

La temperatura central del cuerpo de los niños aumenta mucho más rápido que en los adultos. Esto ocurre debido a una tasa metabólica más alta por masa corporal, una adaptación circulatoria limitada a las demandas cardíacas incrementadas y la incapacidad de regular la temperatura corporal mediante la sudoración. Consulte con el pediatra de su hijo antes de permitirle usar la sauna. Los niños deben estar supervisados para asegurarse de que no jueguen con el producto.

Saunas y personas mayores

La capacidad de mantener la temperatura central del cuerpo disminuye con la edad. Esto se debe principalmente a condiciones circulatorias y a una disminución en la función de las glándulas sudoríparas. El cuerpo debe ser capaz de activar sus procesos naturales de enfriamiento para poder mantener la temperatura central del cuerpo.

Gestión de residuos



Un producto con estas características no debe ser desechado junto con otros residuos domésticos. Para prevenir posibles daños sobre el medio ambiente o la salud debido a su eliminación descontrolada, este producto se debe reciclar de forma responsable para promover un uso sostenible de los recursos. Para desechar el aparato usado, por favor, escoja el posterior sistema de recogida de residuos o contacte con el proveedor con el que fue adquirido el producto, él puede recibir este producto para que se recicle de manera respetuosa con el medio ambiente.

Persona de contacto

Ibérica de Distribuciones online del Hogar,

SLU,

Méndez Álvaro 20,

Madrid 28045,

Teléfono: +34 912907933

www.tectake.es

correo electrónico: mail@idoh.es

Sauna a vapore portatile – Manuale d'uso

Prima di installare e utilizzare questo prodotto,
leggere attentamente le istruzioni.
Conservare questo manuale per consultazioni future.



Precauzioni d'uso:

Questa sauna non è un apparecchio medico e non è destinata a scopi medici.

Consultare il proprio medico prima di utilizzare la sauna durante la gravidanza o se si è sottoposti a cure mediche.

Interrompere immediatamente l'uso della sauna se si avverte disagio, vertigini o sonnolenza.

Non attaccare la spina, mentre la sauna è piegata.

Rimanere troppo a lungo nella sauna può causare surriscaldamento.

 Si consiglia fortemente di NON utilizzare la sauna per più di 20 minuti al giorno e NON utilizzarla più di 3 volte a settimana.

 NON adatta per l'uso da parte di persone al di sotto dei 18 anni di età.

NON utilizzare la sauna in nessuna delle seguenti condizioni cliniche:

1. Qualsiasi tipo di patologia respiratoria

2. Problemi cardiaci

3. Pressione sanguigna alta o bassa

4. Gravidanza

5. Qualsiasi malattia o disturbo della pelle

6. Dopo o durante il consumo di alcol o bevande alcoliche

Consultare il proprio medico riguardo l'uso di questa sauna.

ATTENZIONE! (Si prega di leggere attentamente prima di utilizzare la sauna)

Scollegare il cavo di alimentazione dopo ogni utilizzo.

Non utilizzare dentro o in prossimità di acqua: rischio di scosse elettriche.

Tenere il cavo elettrico lontano da fonti di calore.

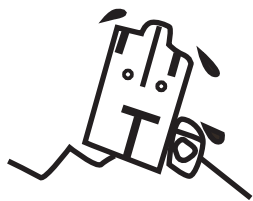
Non utilizzare mai l'unità se il cavo o la spina sono danneggiati.

Non tirare il cavo elettrico.

Qualsiasi riparazione deve essere effettuata dal produttore, dal suo agente di assistenza o da personale qualificato.

Non utilizzare mai in condizioni umide o bagnate!

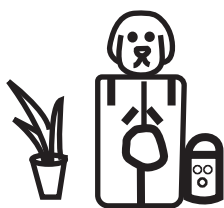
Istruzioni per la sicurezza



Si prega di mantenere il prodotto in equilibrio durante l'uso. Per prevenire il rischio di incendio, evitare di posizionare il vaporizzatore vicino a materiali infiammabili.



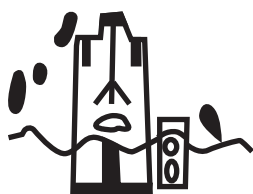
Le donne in stato di gravidanza e le persone con pressione alta o malattie cardiache non dovrebbero utilizzare questo prodotto. Attendere almeno 30 minuti dopo aver mangiato prima di usare il prodotto. Per la vostra sicurezza **NON** utilizzate questo prodotto in caso di digiuno.



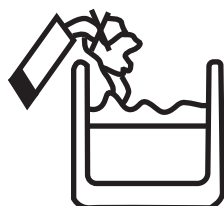
Non mettere animali o piante nella sauna.



Quando si utilizza il prodotto, mantenere una distanza di almeno 10 cm dalle aperture per il vapore. Non toccare le aperture per il vapore a mani nude.



Non utilizzare il prodotto in ambienti umidi o immergerlo in acqua.



L'acqua nel vaporizzatore non deve superare la linea massima dell'acqua per evitare malfunzionamenti.



L'utente dovrebbe bere 200-300 ml di acqua o tè prima di utilizzare il prodotto. Si prega di preparare un asciugamano per asciugare il sudore. Fare una pausa dopo un certo periodo di utilizzo. Non utilizzare il prodotto per più di 20 minuti consecutivi.

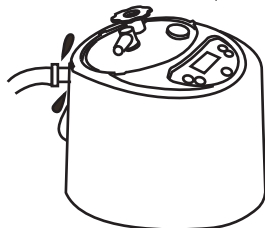


Le persone anziane dovrebbero essere accompagnate dai familiari durante l'uso del prodotto.

Istruzioni per la sicurezza



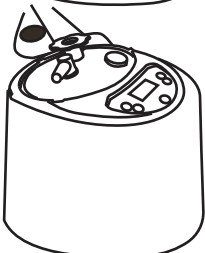
Lo schermo visualizzerà E1 quando il livello dell'acqua all'interno è basso. Scollegare l'alimentazione il prima possibile, attendere che il vapore si raffreddi, aggiungere una quantità adeguata di acqua e quindi riavviare l'apparecchiatura. Se non si riavvia, contattare il fornitore. Non accendere mai il vaporizzatore senza aver aggiunto acqua.



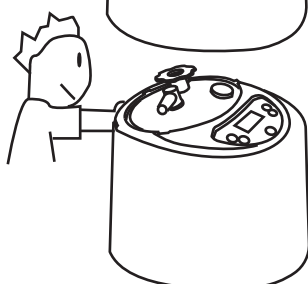
Non dimenticarsi di disconnettere l'alimentazione dopo l'uso e di pulire il prodotto con un panno umido dopo 15 minuti di raffreddamento. Non pulire il prodotto direttamente con acqua.



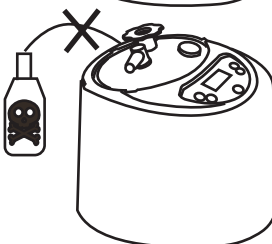
La sauna e il vaporizzatore devono essere posizionati su una superficie solida. Se il vaporizzatore non funziona, non aprire immediatamente il coperchio. Prima si deve scollegare l'alimentazione e lasciarlo raffreddare completamente.



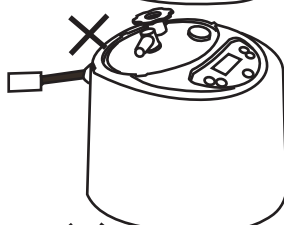
Mantenere sempre il prodotto pulito e in buone condizioni, poiché ciò ne prolungherà la durata.



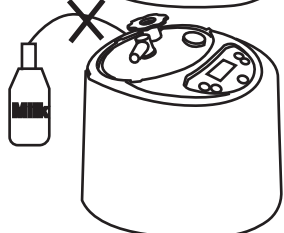
Tenere il prodotto fuori dalla portata dei bambini.



Non devono essere introdotti nel vaporizzatore liquidi infiammabili, tossici, corrosivi o altri liquidi dannosi, in quanto possono causare lesioni corporee o danni alla proprietà.



Il vaporizzatore deve essere utilizzato esclusivamente con la sauna. Non deve essere utilizzato per altri scopi di riscaldamento. Non riparare o modificare il prodotto da soli, poiché ciò annullerà la garanzia.



Non introdurre latte nel vaporizzatore. Se si desidera utilizzare erbe o fiori, ti preghiamo di metterli nella scatola vapore (Accessorio E) ricordarsi di avvolgerli prima in un sacchetto di garza.



Attenzione:

- A. Fate attenzione al vapore che fuoriesce dal dispositivo. Assicuratevi che il tubo non sia piegato od ostruito e che il passaggio del vapore rimanga libero.
- B. Prima di avviare il dispositivo, avvitate saldamente il coperchio per evitare che si apra durante l'uso.
- C. Prima di aprire il coperchio del dispositivo, aggiungere acqua o pulire l'apparecchio, scollegare prima il cavo di alimentazione e spegnere il dispositivo. Iniziare solo dopo che il dispositivo si è raffreddato per 10 minuti.
- D. È vietato inserire nel dispositivo latte, oli essenziali, alcol e altre sostanze infiammabili, esplosive, volatili o espansive.

Contenuto della confezione

A  1pc	B  1pc	C  Peso massimo utente : 100kg 1pc	D  1pc	E  1pc
F  2pcs	G  1pc	H  1pc	I  1pc	J  1pc

Specifiche tecniche

Dimensioni complessive (L x P x A)	85x85x145cm
Materiale	Copertura in cotone e struttura in ferro
Tensione nominale vaporizzatore	220V / 50~60HZ
Potenza vaporizzatore	1000W

Istruzioni di montaggio



figura 1



figura 2

1. Estrarre la copertura della sauna dalla borsa di trasporto e aprirla dal centro come mostrato nella figura 1.
2. Tenere ferma la struttura interna ed estrarla diagonalmente come mostrato nella figura 2.
3. La copertura della sauna apparirà come nella figura 3 dopo essere stata completamente aperta.



figura 3



Il foro si trova sul lato
della copertura



F

Il tubo è collegato
al connettore.



Il connettore passa
attraverso il foro



Fissare il connettore
dall'interno

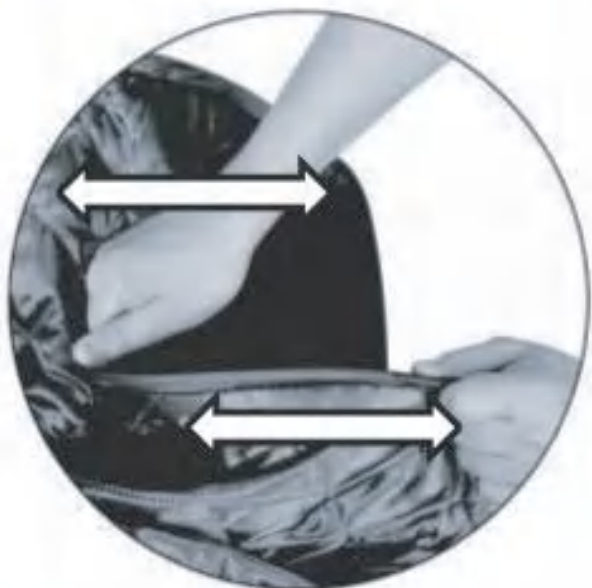


figura 4

Nota: Se la struttura della copertura della sauna è deformata, si prega di torcerla avanti e indietro ripetutamente per aggiustarla, come mostrato nella figura 4.



Posizionare il materassino, la scatola del vapore e la sedia nella struttura come mostrato sopra. Assicurarsi che la scatola del vapore sia almeno 40 cm lontana dai piedi quando si è seduti sulla sedia.

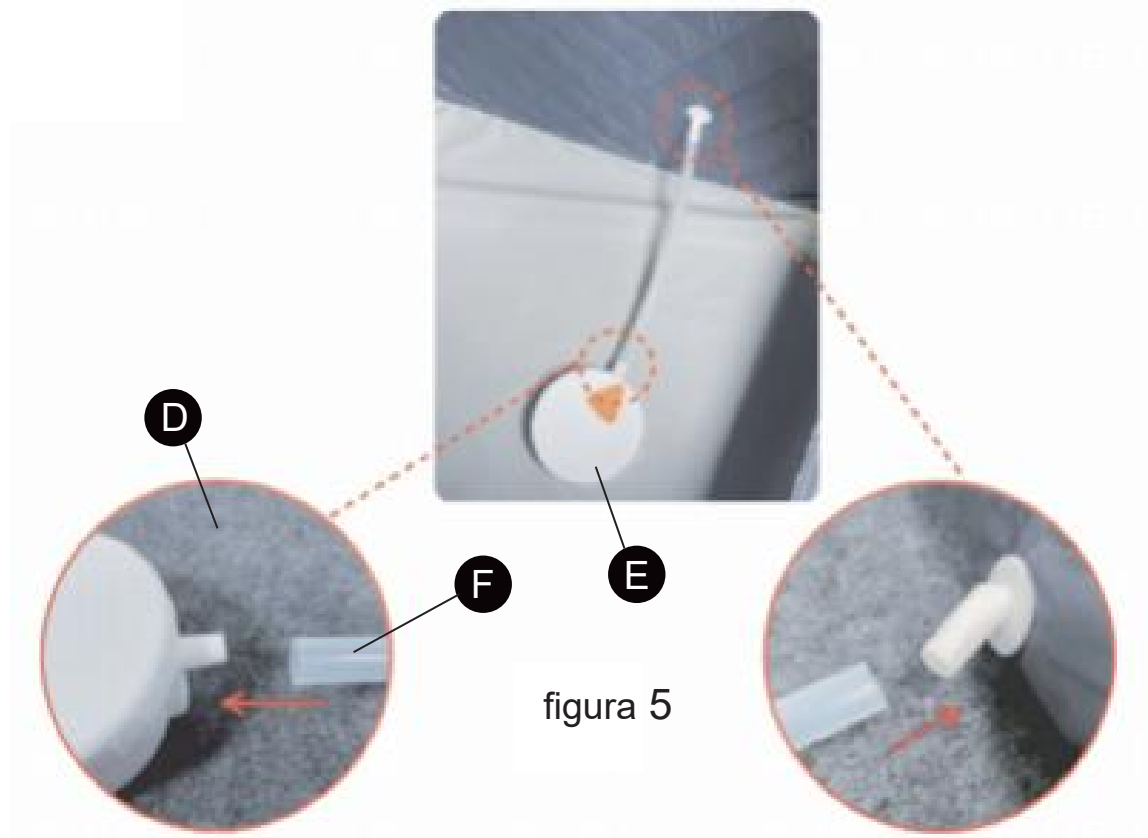
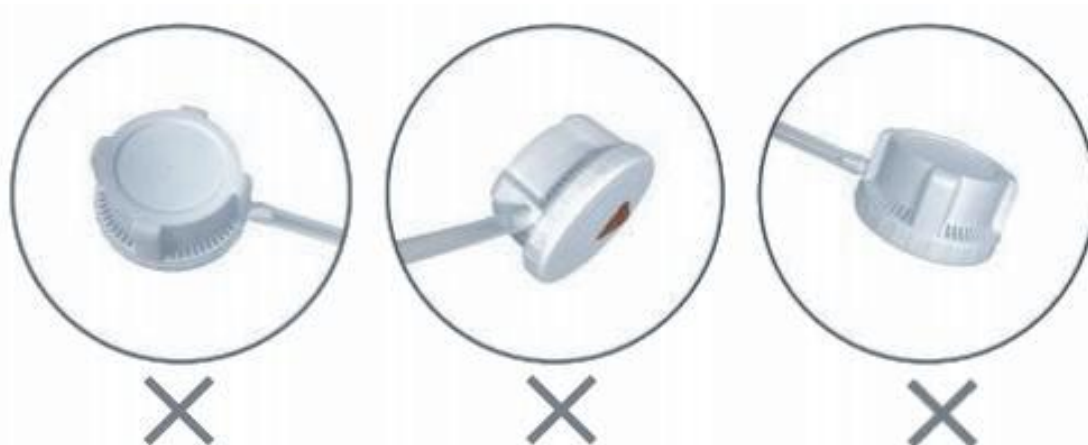


figura 5

Utilizzare uno dei tubi per il vapore per collegare la scatola del vapore e il foro di uscita sul lato interno della copertura della sauna, come mostrato nella figura 5. Assicurarsi che il tubo per il vapore non sia scollegato dalle due parti.



Nota: Assicurarsi che la scatola del vapore sia posizionata in piano con il coperchio rivolto verso l'alto e che non ci siano oggetti entro un raggio di 10 cm.



figura 6

Utilizzare uno dei tubi per il vapore per collegare il vaporizzatore e il foro di ingresso sul lato esterno della copertura della sauna, come mostrato nella figura 6. Assicurarsi che il tubo per il vapore sia ben collegato alle due parti. Se i tubi si staccano o si allentano durante l'uso, spegnere l'alimentazione e lasciarli raffreddare completamente prima di riconnetterli.



Attenzione:

Quando si utilizza il prodotto, assicurarsi che tutti i tubi per il vapore non siano piegati come mostrato nella figura a destra, poiché ciò potrebbe bloccare il flusso di vapore.

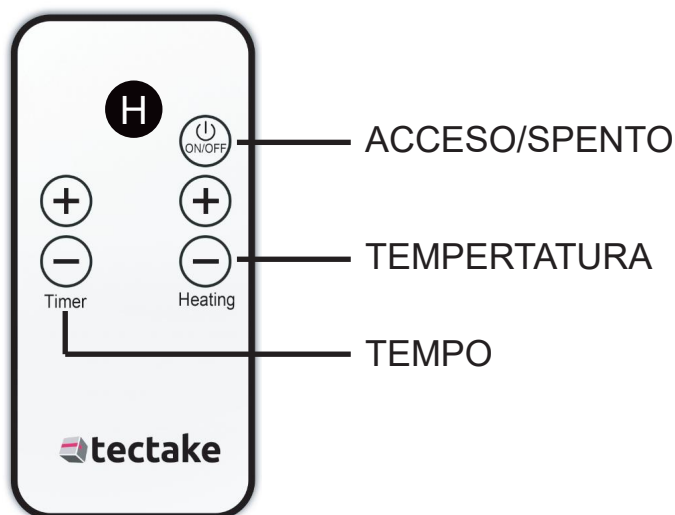
Di conseguenza, i tubi per il vapore potrebbero staccarsi e il vapore caldo potrebbe fuoriuscire, causando scottature e altre lesioni corporee.

Assicurarsi che i tubi per il vapore siano posizionati dritti. Se si nota che sono piegati, spegnere l'alimentazione e lasciarli raffreddare completamente prima di regolare la loro posizione.



Istruzioni di funzionamento

1. Chiudere la copertura e aggiungere acqua al vaporizzatore fino a raggiungere la linea dell'acqua da 1,5 L.
2. Assicurarsi che il coperchio del vaporizzatore sia bloccato e che il vaporizzatore sia collegato alla corrente.
3. Premere i pulsanti sul vaporizzatore o usare il telecomando per accenderlo e regolare il tempo a 20 minuti e la temperatura su P15. Lasciare preriscaldare per circa 7 minuti.



4. Prima di entrare nella copertura, regolare la temperatura su P5, poiché P5 è adatta per la maggior parte delle persone. Si può aumentare, se si ritiene che non sia abbastanza calda.
5. Dopo l'uso, ricordarsi di disconnettere l'alimentazione e lasciare raffreddare completamente il prodotto prima di smontarlo.

Tre passaggi per aggiungere acqua



1. Aprire il coperchio in senso antiorario



2. Introdurre sufficiente quantità di acqua nel vaporizzatore
(nota: non superare il livello massimo)



3. Serrare il coperchio in senso orario per prevenire perdite di vapore

Gradini pieghevoli

1



2



3



4



5



6



7



8



Benefici per la salute

Disintossicazione e pulizia del corpo

La disintossicazione è un processo corporeo che trasforma le sostanze tossiche minacciose per la salute presenti nel nostro ambiente, nella nostra dieta e nel nostro stesso corpo in qualcosa di innocuo o da espellere. Il sudore è il modo naturale in cui il corpo si libera delle tossine nocive e pulisce il nostro organismo attraverso la pelle. Le onde dell'infrarossi della sauna penetrano in profondità sotto la pelle per aiutare il corpo a liberarsi delle tossine nascoste in profondità.

Perdita di peso

È dimostrato che le saune aiutano a perdere peso e a bruciare calorie. Secondo il Journal of the American Medical Association, una sessione di sauna può bruciare tra le 300 e le 700 calorie.

Alleviamento del dolore e dell'artrite

Il calore in una sauna aiuta ad alleviare il dolore associato a patologie come l'artrite, fornendo rilascio ai muscoli e migliorando la flessibilità e la funzionalità delle articolazioni.

Purificazione della pelle

Durante una sessione di sauna, la pelle viene purificata e le cellule morte vengono sostituite, mantenendo la pelle in buone condizioni. Il calore della sauna rilassa anche le tensioni facciali e migliora l'elasticità della pelle. Il processo di sudorazione elimina anche i batteri dallo strato epidermico e dai dotti sudoripari.

Allenamento cardiovascolare

I ricercatori finlandesi hanno riportato che l'uso regolare delle saune aiuta a mantenere i vasi sanguigni in condizioni più sane. I vasi diventano più ampi, elastici e flessibili grazie alla dilatazione e contrazione regolari causate dal processo ripetuto di riscaldamento e raffreddamento del corpo.

Riduzione della Pressione Sanguigna e Miglioramento della Circolazione

La dilatazione dei vasi sanguigni avvicina il sangue alla superficie della pelle e, man mano che i vasi sanguigni si espandono per accogliere l'aumento del flusso sanguigno, la circolazione nelle estremità migliora, e di conseguenza la pressione sanguigna diminuisce. L'effetto sulla pressione sanguigna è temporaneo, ma la ricerca medica mostra che frequenti saune possono mantenere più basso il livello di pressione sanguigna di una persona.

ESCLUSIONE DI RESPONSABILITÀ:

L'uso della sauna e simili non deve essere considerato come consiglio, istruzione o trattamento medico. Le informazioni contenute in questo manuale sono fornite esclusivamente a scopo informativo generale e non affrontano circostanze individuali o patologie mediche. L'idoneità varia da persona a persona e le informazioni fornite in questo manuale non dovrebbero essere utilizzate come unica base per prendere decisioni sulla propria salute. Consultare sempre il proprio medico per consigli medici. Non utilizzare il prodotto per scopi diversi da quelli previsti. Non smontare né tentare di riparare il prodotto. Controllare regolarmente le condizioni del prodotto. Smettere di utilizzare immediatamente se vengono riscontrati problemi di difettosità. La riparazione deve essere effettuata solo da personale qualificato.

Saune e farmaci

Le persone che assumono farmaci su prescrizione dovrebbero consultare il proprio medico o un farmacista per possibili cambiamenti negli effetti dei farmaci quando il corpo è esposto a temperature elevate. Diuretici, barbiturici e beta-bloccanti possono compromettere i meccanismi naturali di perdita di calore del corpo. Alcuni farmaci da banco, come gli antistaminici, possono anche rendere il corpo più soggetto a colpi di calore.

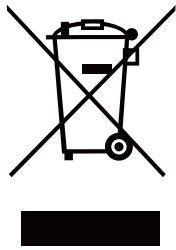
Saune e bambini

La temperatura corporea dei bambini aumenta molto più rapidamente rispetto agli adulti. Ciò avviene a causa di un tasso metabolico più elevato per massa corporea, limitate capacità circolatorie di adattamento alle maggiori richieste cardiache e l'incapacità di regolare la temperatura corporea attraverso la sudorazione. Consultare il pediatra di vostro figlio prima di consentirgli di utilizzare la sauna. I bambini devono essere sorvegliati per garantire che non giochino con il prodotto.

Saune e anziani

La capacità di mantenere costante la temperatura corporea diminuisce con l'età. Ciò è principalmente dovuto a patologie circolatorie e alla ridotta funzionalità delle ghiandole sudoripare. Il corpo deve essere in grado di attivare i propri processi di raffreddamento naturali per mantenere la temperatura corporea centrale.

Smaltimento dei rifiuti



Questo simbolo indica che questo prodotto non deve essere smaltito con altri rifiuti domestici. Per prevenire possibili danni all' ambiente o alla salute umana causati da uno smaltimento incontrollato, riciclarlo responsabilmente per promuovere il riutilizzo sostenibile delle risorse materiali. Per conferire il prodotto usato avvalersi dei sistemi di conferimento e di raccolta o contattare il rivenditore dal quale il prodotto è stato acquistato. Il rivenditore può conferire questo prodotto per un riciclo sicuro per l'ambiente

Persona di contatto

tenulodi S.r.l.

Via Manzano 70

33040 Premariacco (UD)

Numero di telefono: +39 0471 1800175

www.tectake.it

E-Mail: mail@tectake.it