ATROPA
INFRAROT
KABINEN

AS – Relax 1
Bedienungsanleitung
& Montageanleitung

Montagevideo
Infrarotkabine

Montagevideo
Relax Liege

Inhaltsverzeichnis

1. EINLEITUNG 4
2. AUFBAUANLEITUNG 5
2.1. Vor dem Aufbau 5
2.2. Standortwahl 6
2.3. Aufbau in einzelnen Schritten 6
2.3.1. Relax Liege 7
2.3.2. Fußablage 10
2.3.3. Korpus 12
2.3.3.1. Boden 12
2.3.3.2. Rückwand, Seitenwände und Frontwand 12
2.3.3.3. Türgriff und Drehregler 15
2.3.3.4. Dach 16
2.3.4. Glastür justieren 17
2.3.5. Elektrische Anschlüsse 17
3. BEDIENUNG DER INFRAROTKABINE 18
3.1. Einschalten / Ausschalten 19
3.2. Einstellen der Zeit 19
3.3. Gewünschte Maximaltemperatur einstellen 20
3.4. Ventilatorsteuerung 20
3.5. Leselicht 20
3.6. Infrarotstrahler in der Intensität regeln 21
3.7. Farblichttherapie (optional) 21
3.8. Musikanlage (optional) 23
4. PFLEGE UND WARTUNG 24
5. ANWENDUNGSPLAN UND TIPPS 25
5.1. Therapieplan 26
6. ANWENDUNGSHINWEISE UND SICHERHEITSBESTIMMUNGEN 27
7. FEHLERBEHEBUNG 29
8. TECHNISCHE DATEN 31

© ATROPA



1. EINLEITUNG

Herzlichen Glückwunsch zum Erwerb einer Infrarotkabine von ATROPA Infrarotkabinen. Ab heute können Sie die wohltuende Tiefenwärme genießen und den Tag mit einer Sitzung in Ihrer eigenen Infrarotkabine entspannt ausklingen lassen.

Lesen und beachten Sie die Informationen dieser Bedienungsanleitung vor der ersten Benutzung, damit Sie Ihre Infrarotkabine schnell und umfassend kennenlernen.

Sie haben sich für ein hochwertiges Produkt entschieden, welches nach neuesten physiotherapeutischen Erkenntnissen konzipiert wurde. Sollten beim Lesen der vorliegenden Anleitung Fragen oder Unklarheiten auftauchen, so zögern Sie bitte nicht, uns anzurufen oder eine E-Mail zu senden. Fragen, Anregungen und Kritik sind jederzeit willkommen.

Die Infrarotkabine besteht im Wesentlichen aus einer Holzkabine und einer Relax Liege, Infrarotstrahlern, Wärmestrahlern und einem Kontroll- und Steuerungssystem. Alle Hauptfunktionen der Infrarotkabine sind über das Display zu bedienen. Die zusätzliche Ausstattung variiert je nach Modell und Ausführung.

Machen Sie sich zunächst bitte mit den Sicherheitsbestimmungen und Hinweisen unter Kapitel 6 dieser Anleitung vertraut.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Wohlbefinden mit Ihrer Infrarotkabine von ATROPA!

© ATROPA

2. AUFBAUANLEITUNG

2.1. Vor dem Aufbau

Bitte lesen Sie sich vor dem Aufbau sorgfältig die Aufbauanleitung durch.
Zum Aufbau der Infrarotkabine sind in der Regel zwei Personen erforderlich.

Für die Montage Ihrer Infrarotkabine benötigen Sie folgendes Werkzeug:

- Kreuzschraubendreher PZ 2
- Sechskantschlüssel 4 mm
- Leiter oder Hocker





Der Stromanschluss der Infrarotkabine befindet sich am Dach und ist etwa zweieinhalb Meter lang. Sie benötigen die einzelnen Teile in folgender Reihenfolge:

1. Boden
2. Rückwand
3. Seitenwände
4. Relax Liege
5. Front / Glastür
6. Türgriff
7. Dach
8. Fußablage
9. übrige Elemente / Kleinteile

Ausstattungsabhängig können mehr Schrauben mitgeliefert sein, als Sie für den Zusammenbau Ihrer Infrarotkabine benötigen. Bitte entsorgen Sie die übrig gebliebenen Schrauben.

Die **viskoelastischen AtroSoft®-Polster** der Relax Liege bestehen aus einem **Memory-Schaumstoff**, welcher das Gewicht und den Druck durch seine offene Zellstruktur besonders gleichmäßig verteilt. Dadurch können Druckstellen sehr effektiv vermieden werden. Er benötigt etwa 2–3 Minuten, um sich Ihrer Körperform anzupassen. Es kann vorkommen, dass der Schaumstoff im Zuge des Transportes etwas zusammengedrückt wurde. In diesem Fall benötigt er einige Zeit, um sich wieder vollkommen auszudehnen.

Reinigen Sie vor der ersten Benützung die gesamte Infrarotkabine innen und außen. Verwenden Sie hierzu ausschließlich ein feuchtes, weiches Tuch.

2.2. Standortwahl

Bitte beachten Sie bei der Standortwahl folgende Anforderungen:

- Die Steckdose muss leicht zugänglich sein.
- Der Standort muss trocken und eben sein.
- Der Standort muss in sicherem Abstand zu Spritzwasserquellen sein.
- Die Infrarotkabine muss einen Sicherheitsabstand von mindestens 1 cm zu den Wänden und anderen Einrichtungsgegenständen haben, damit die Luft zirkulieren kann und sich kein Wärmestau bildet.

2.3. Aufbau in einzelnen Schritten

Der Aufbau Ihrer Infrarotkabine erfolgt in einzelnen Schritten, die nacheinander auszuführen sind. Sollten Sie beim Aufbau Fragen haben, kontaktieren Sie uns bitte.

 **AT: +43 1 77 42 858**  **office@atropa.at**

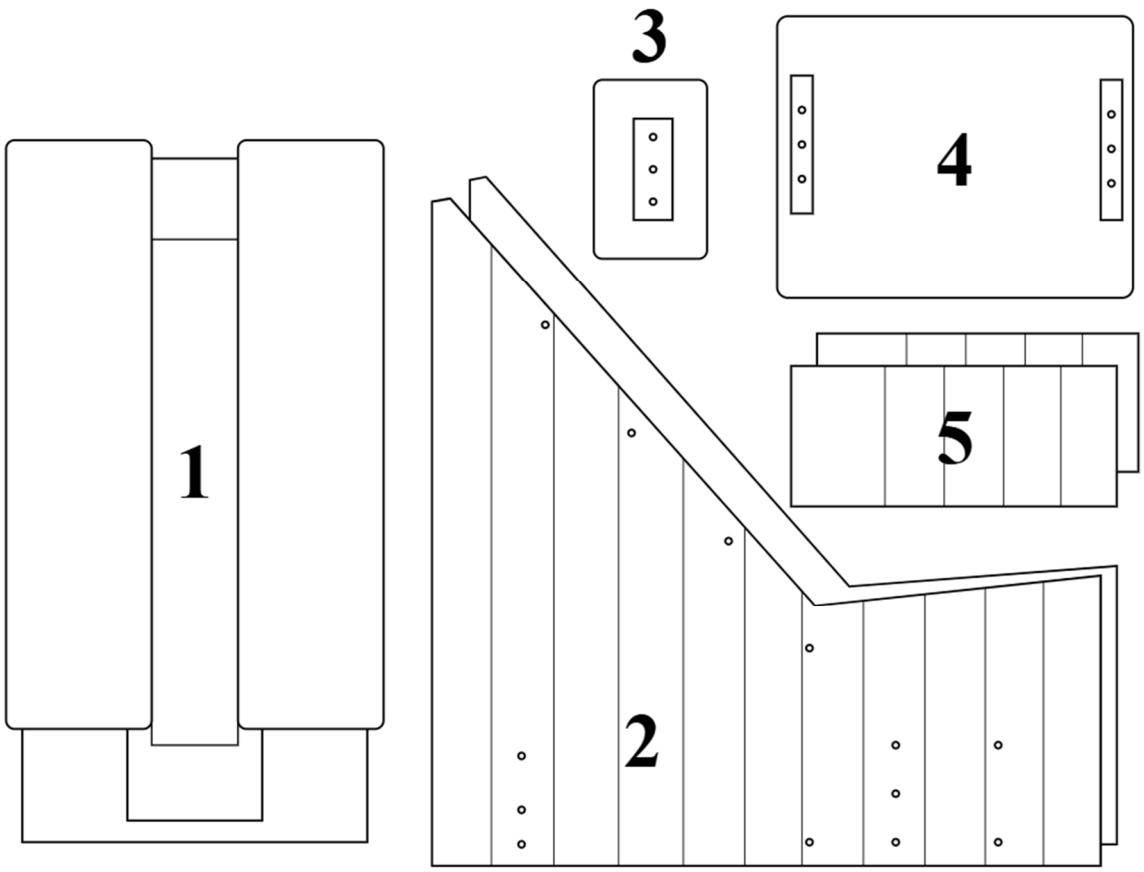
- **Schließen Sie das Stromkabel bitte erst nach vollständiger Montage an das Stromnetz an.**
- **Beachten Sie ferner, dass die Infrarotkabine erst nach Montage des Daches ihre vollständige Stabilität erreicht hat.**
- **Bitten Sie im Zweifel eine Person, die noch nicht fertig montierten Elemente zu sichern.**
- **Achten Sie darauf, dass Sie keine Kabel einklemmen.**

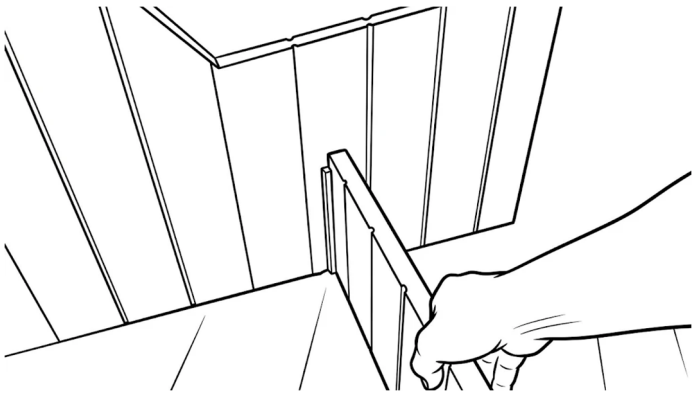
© ATROPA

2.3.1. Relax Liege

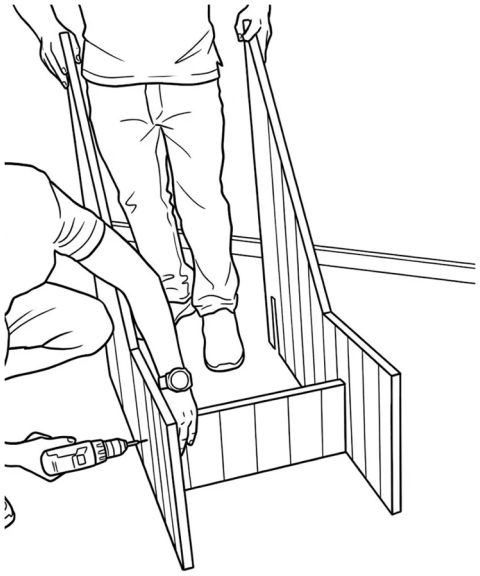
In dieser Montageanleitung beginnen wir mit dem Zusammenbau der Relax Liege. Die Liege wird aber vorerst noch nicht benötigt. Sie können sie zu Beginn oder erst zu einem späteren Zeitpunkt zusammenbauen, jedenfalls aber vor dem Einbau der letzten Kabinenwände.

- **ACHTUNG**: **Öffnen Sie die Kartons bitte vorsichtig, um die Kunstlederbezüge nicht zu beschädigen.**

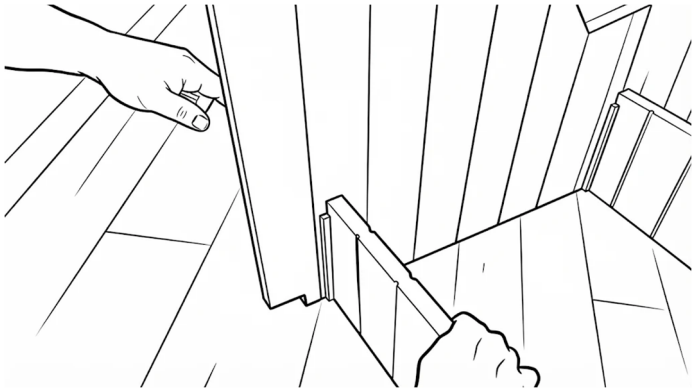




Stellen Sie die beiden Rahmenteile **(2)** parallel zueinander auf, sodass die Führungsschienen nach innen zeigen. Lassen Sie die Rahmenteile **(2)** am besten von einer zweiten Person festhalten. Halten Sie das erste Stabilisationsbrett **(5)** an der Vorderseite an die Führungsschienen der beiden Rahmenteile **(2)**, um diese miteinander zu verbinden.
Die gesamte Liege wird ausschließlich mit 40 mm Schrauben zusammengebaut.



Schrauben Sie das Stabilisationsbrett **(5)** auf jeder Seite mit **3 Stück 40 mm** Schrauben an die Rahmenteile **(2)**.

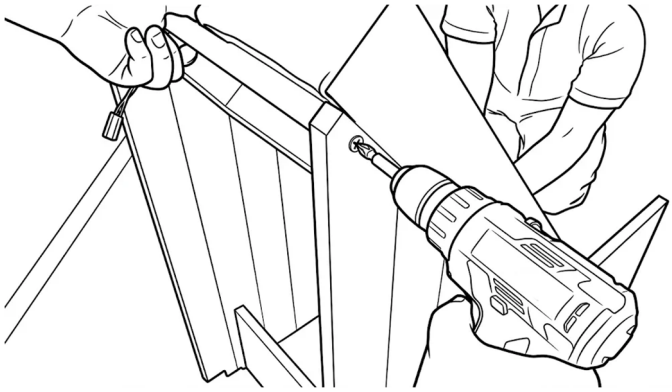


Halten Sie nun das zweite Stabilisationsbrett **(5)** an der Rückseite der Liege ebenfalls an die Führungsschienen der Rahmenteile **(2)**.

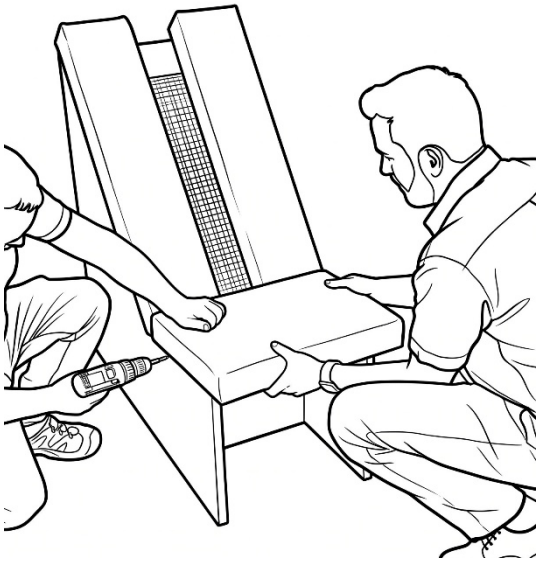
© ATROPA



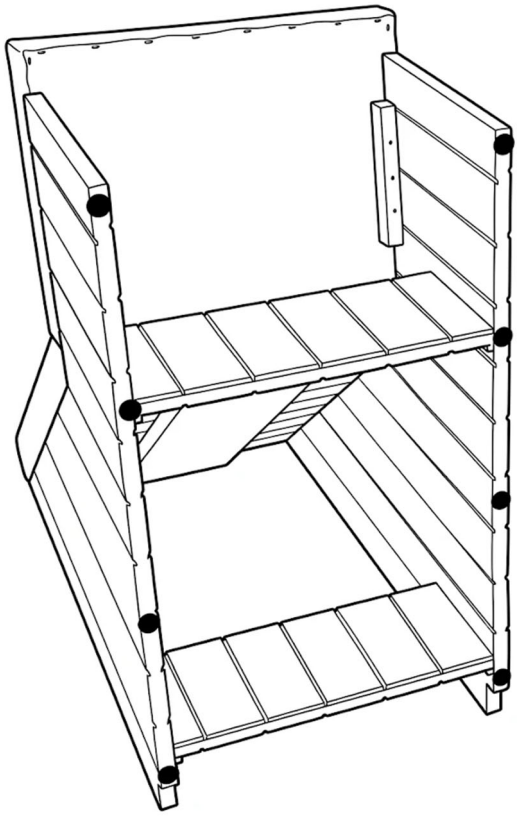
Schrauben Sie auch dieses Stabilisationsbrett **(5)** auf jeder Seite mit **3 Stück 40 mm** Schrauben an die Rahmenteile **(2)**.



Halten Sie, am besten zu zweit, das Rückenstrahlerteil **(1)** an die schrägen Führungsschienen der Rahmenteile **(2)**. Polster und Infrarotstrahler sind am Rückenstrahlerteil **(1)** bereits vormontiert.
Das Rückenstrahlerteil **(1)** muss oben plan mit den Rahmenteilen **(2)** abschließen. Schrauben Sie es auf jeder Seite mit **4 Stück 40 mm** Schrauben an.

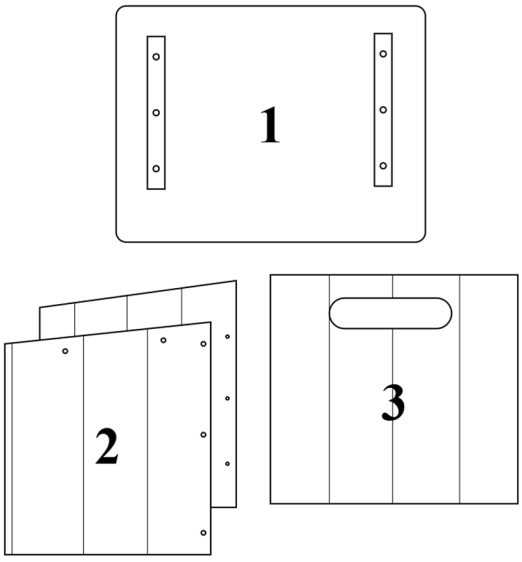


Legen Sie das Sitzpolster **(4)** auf die Liege und schrauben Sie es auf jeder Seite mit **2 Stück 40 mm** Schrauben an die Rahmenteile **(2)**.

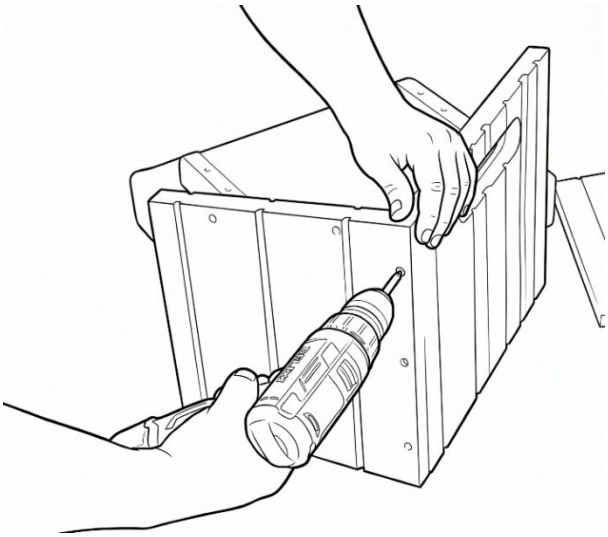


Kippen Sie die Liege anschließend hochkant und stellen Sie sie auf ihre Rückseite, sodass die Unterkanten der Rahmenteile **(2)** gut zugänglich sind. Kleben Sie insgesamt 8 Filzgleiter auf, je 4 gleichmäßig verteilt auf jedes Rahmenteil **(2)**. Stellen Sie die Liege danach wieder auf.
Zum Schluss klemmen Sie die Kopfstütze **(3)** in der gewünschten Höhe quer zwischen die beiden Rückenpolster des Rückenstrahlerteils **(1)**. Die Liege ist damit fertig montiert.

2.3.2. Fußablage

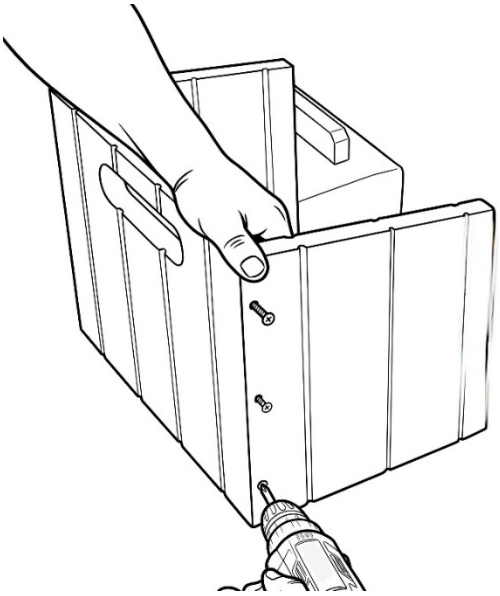


© ATROPA

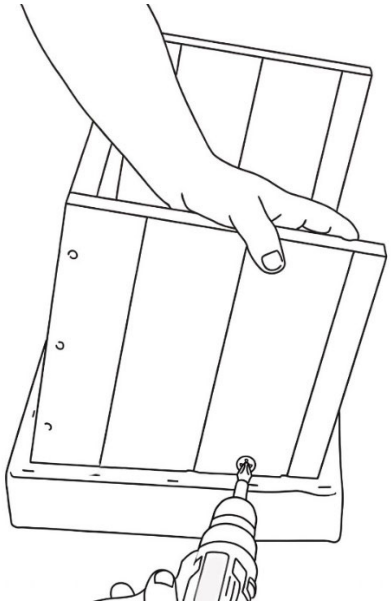


Halten Sie das erste seitliche Brett **(2)** an das Frontbrett **(3)** und verbinden Sie beide mit **3 Stück 40 mm** Schrauben.

Über die ovale Aussparung im Frontbrett **(3)** lässt sich die Fußablage später bequem herausziehen.



Verbinden Sie auf die gleiche Weise das zweite seitliche Brett **(2)** mit **3 Stück 40 mm** Schrauben mit dem Frontbrett **(3)**.

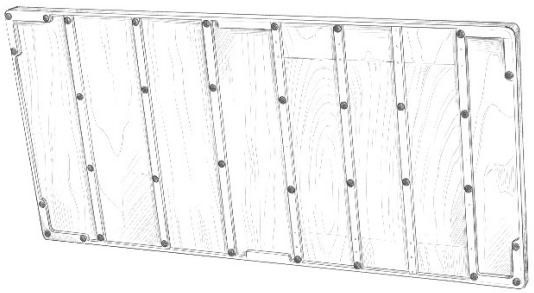


Legen Sie das Auflagepolster **(1)** mit dem Kunstleder nach unten auf einen sauberen Boden. Setzen Sie die verbundenen Bretter **(2)** und **(3)** mit der schrägen Seite mittig darauf und schrauben Sie die Konstruktion auf jeder Seite mit **2 Stück 40 mm** Schrauben seitlich fest. Zum Schluss kleben Sie 4 Filzgleiter auf die Unterseite der Fußablage.

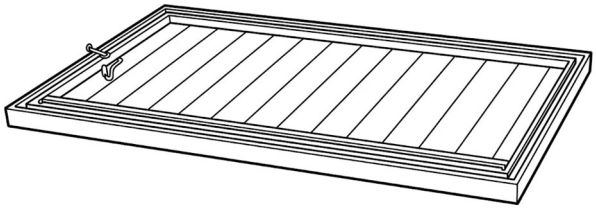
Damit ist die Fußablage fertig montiert.

2.3.3. Korpus

2.3.3.1. Boden

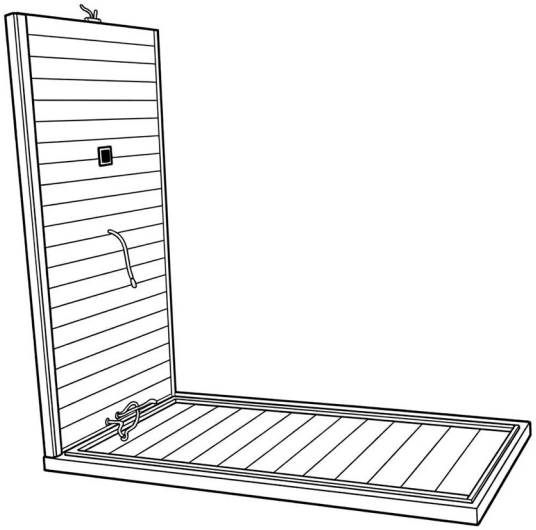


Kontrollieren Sie die Unterseite der Bodenplatte auf etwaige Fremdkörper und entfernen Sie diese.
Kleben Sie anschließend die Filzgleiter gleichmäßig verteilt auf die Unterseite, damit Ihr Fußboden nicht zerkratzt wird.



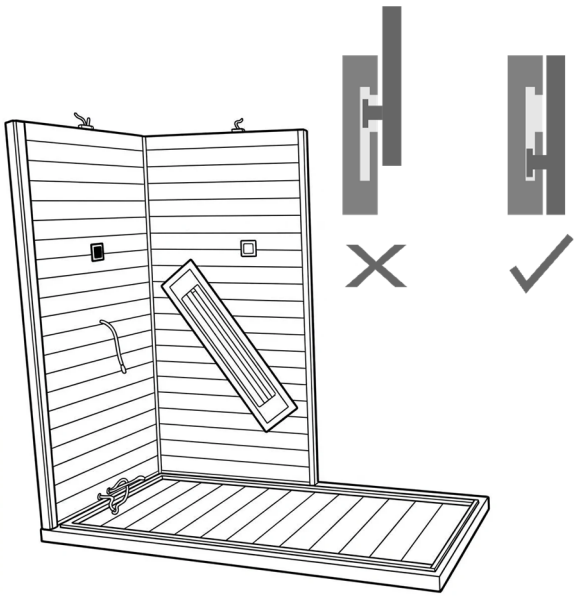
Legen Sie die Bodenplatte auf einen ebenen Untergrund am gewünschten Standort.
Achten Sie bereits jetzt auf die Ausrichtung der Bodenplatte: Auf der Seite mit dem Kabelauslass (im Bild links) befindet sich später das Kopfteil der Liege.

2.3.3.2. Rückwand, Seitenwände und Frontwand

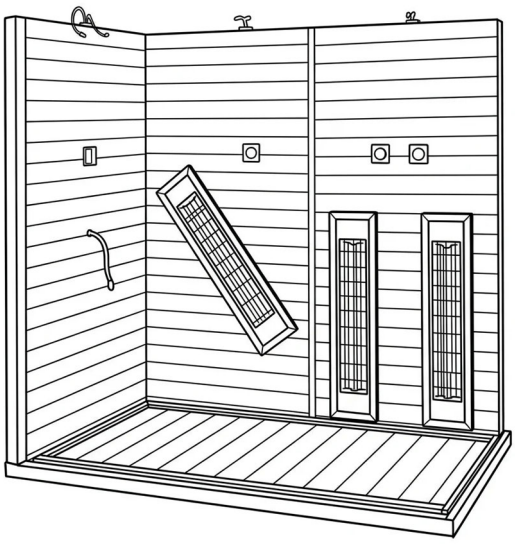


Heben Sie die Rückwand (mit dem Kabel und dem Schalter) auf die Bodenplatte. Achten Sie darauf, dass die Wand genau in die dafür vorgesehene Aussparung am Boden, den Spalt zwischen den beiden Leisten, gestellt wird.

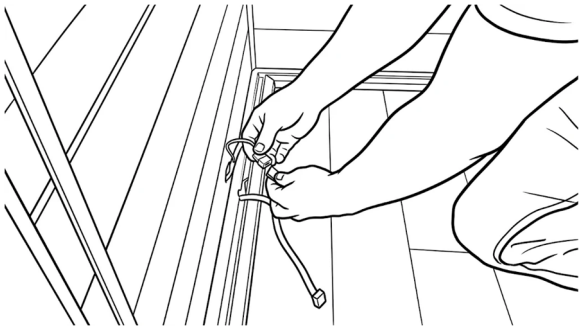
© ATROPA



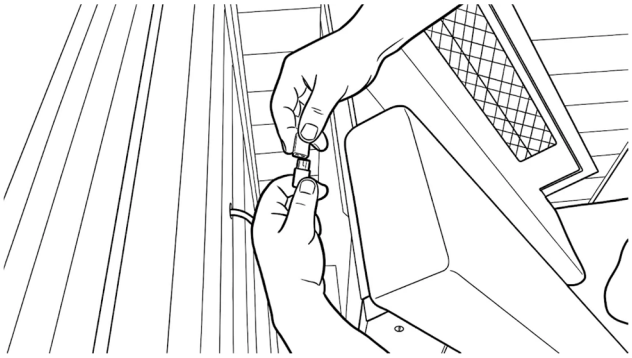
Stellen Sie nun die hintere Seitenwand-Hälfte mit dem schrägen Infrarotstrahler (von der Liege aus gesehen links hinten) in die Aussparung am Boden. Heben Sie dann die Rückwand an, bis die Metallbolzen in der Höhe der Löcher der Einhängevorrichtung sind, und hängen Sie die Rückwand in diese Seitenwand-Hälfte ein.
Drücken Sie die Rückwand herunter und achten Sie darauf, dass die Metallbolzen in die Einhängevorrichtungen einrasten (siehe Skizze) und die Wände oben plan abschließen.



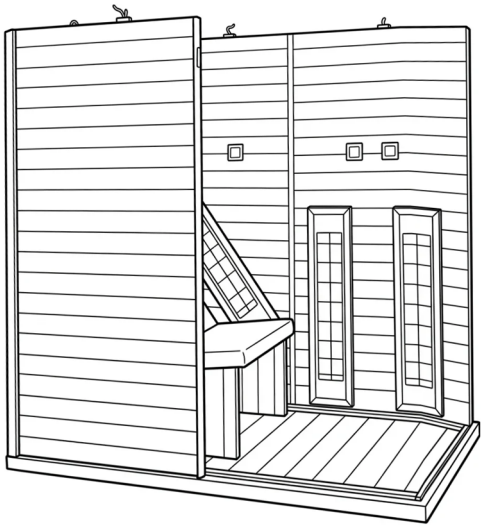
Heben Sie anschließend die vordere Seitenwand-Hälfte mit den beiden senkrechten Infrarotstrahlern (von der Liege aus gesehen links vorne) auf die Bodenplatte und hängen Sie diese in die hintere Seitenwand-Hälfte ein.
Auch hier muss die Wand in der Aussparung am Boden stehen, und die Wände müssen oben plan abschließen.



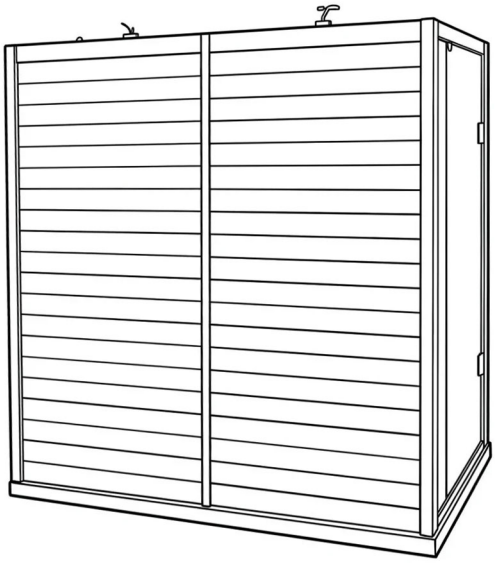
Verbinden Sie die aus dem Boden kommende Steckverbindung des Fußbodenwärmestrahlers mit dem passenden, aus der Rückwand kommenden Kabel.



Stellen Sie jetzt die fertig montierte Liege auf den Kabinenboden. Verbinden Sie das aus der Rückwand kommende Kabel mit dem Anschlusskabel des Infrarotstrahlers im Rückenstrahlerteil der Liege.
Schieben Sie die Liege anschließend ganz an die Rückwand. Achten Sie darauf, dass Sie dabei kein Kabel einklemmen.



Stellen Sie nun die hintere Seitenwand-Hälfte der gegenüberliegenden Seite (von der Liege aus gesehen rechts hinten) in die Aussparung am Boden. Heben Sie dann die Rückwand wie zuvor an und hängen Sie sie in diese Seitenwand-Hälfte ein.



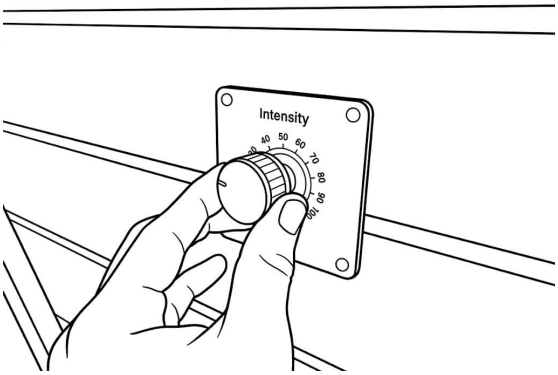
Heben Sie danach die letzte, vordere Seitenwand-Hälfte (von der Liege aus gesehen rechts vorne) auf die Bodenplatte und hängen Sie diese in die hintere Seitenwand-Hälfte ein.
Stellen Sie zum Schluss die Frontwand mit der Glastür in die Aussparung am Boden und hängen Sie diese in die beiden Seitenwände ein.
Achten Sie darauf, dass sich aufgrund der Neigung nicht versehentlich die Glastür öffnet!

© ATROPA

2.3.3.3. Türgriff und Drehregler



Montieren Sie den Türgriff. Dazu stecken Sie eine metrische 60 mm Schraube durch das obere Loch des Innengriffs und das obere Loch in der Glastür. Schrauben Sie jetzt den Außengriff an. Verfahren Sie dementsprechend mit der zweiten Schraube.



Nehmen Sie die Drehregler aus den Säckchen und stecken Sie jeweils einen Drehregler auf das Gegenstück in der Wand oberhalb jedes Solis® RED®-Strahlers.
Mit den Drehreglern stellen Sie später die Intensität des jeweiligen Strahlers ein (siehe 3.6).

2.3.3.4. Dach



Heben Sie das Dach, mit dem Lüfter nach unten und beim Fußende, auf die verbundenen Wände.
Wir empfehlen, die Styroporecken der Verpackung zwischen Wand und Dach zu legen, damit die Kabel nicht eingeklemmt werden.

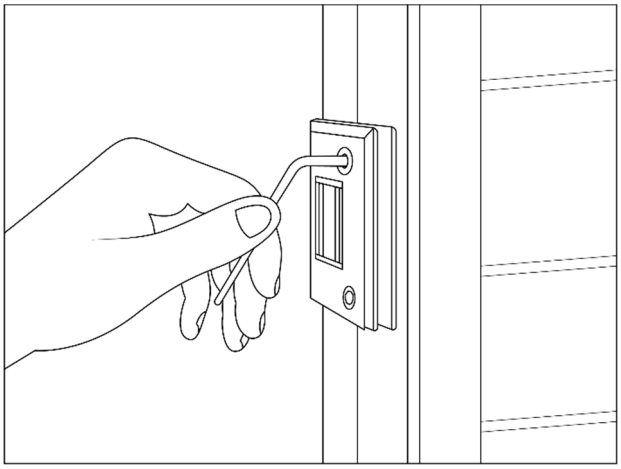
Führen Sie die aus den Wänden kommenden Kabel durch die vorgesehenen Öffnungen im Dach. Entfernen Sie dann das Styropor und lassen Sie das Dach vorsichtig herab. Achten Sie darauf, dass keine Kabel eingeklemmt werden.

Mit den **4 Stück 100 mm** Schrauben können Sie das Dach in den Ecken herunterschrauben, um die Stabilität der Kabine zu verbessern.

Neben einem der Lautsprecher befindet sich ein kleines Loch für den Temperaturfühler. Bitte dieses Loch **nicht verschließen oder abdecken**.

© ATROPA

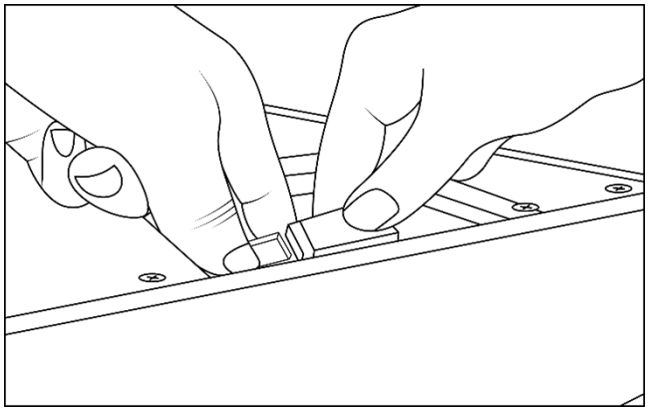
2.3.4. Glastür justieren



Ziehen Sie die Schrauben der Scharniere der Glastür mit Hilfe eines 4 mm Sechskantschlüssels (Inbus) nach.

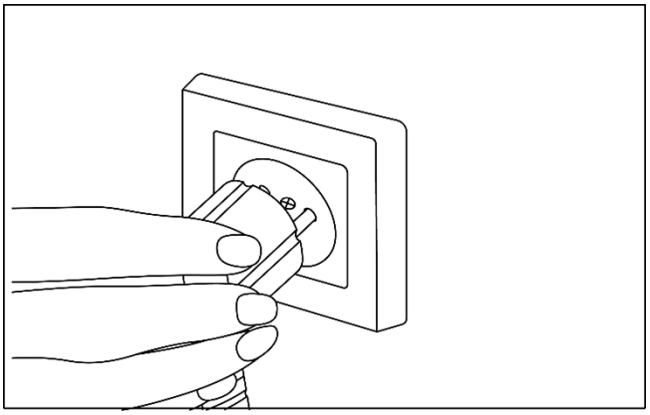
Gegebenenfalls können Sie die Glastür noch justieren, indem Sie alle Schrauben ein wenig lockern und, am besten zu zweit, die Glastür einrichten.

2.3.5. Elektrische Anschlüsse



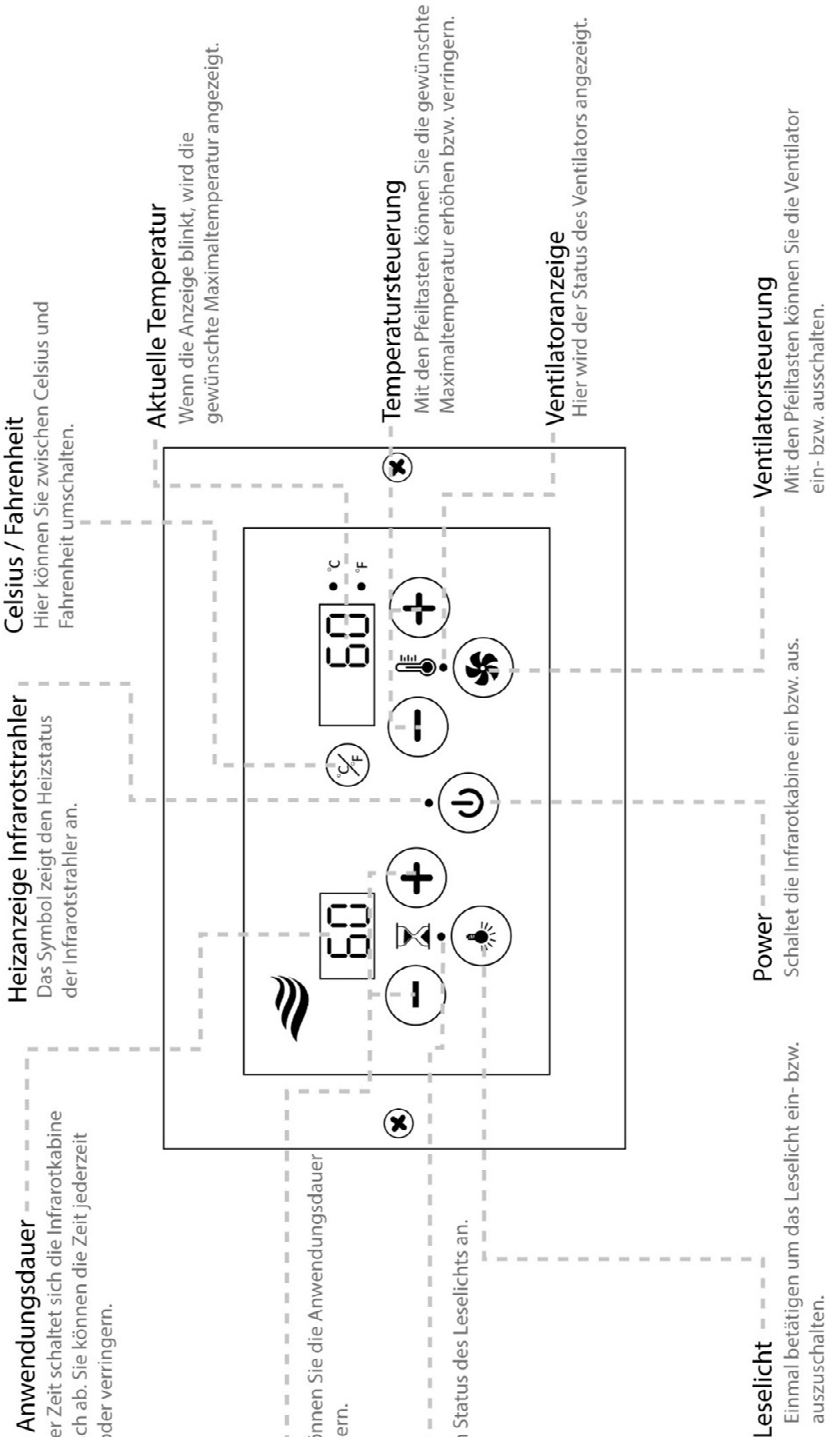
An der Oberseite der Infrarotkabine, in den kleinen Schächten, befinden sich die elektrischen Anschlüsse.

Verbinden Sie alle Steckverbindungen sorgfältig. Beachten Sie, dass sich in manchen Schächten auch mehrere Steckverbindungen befinden können.

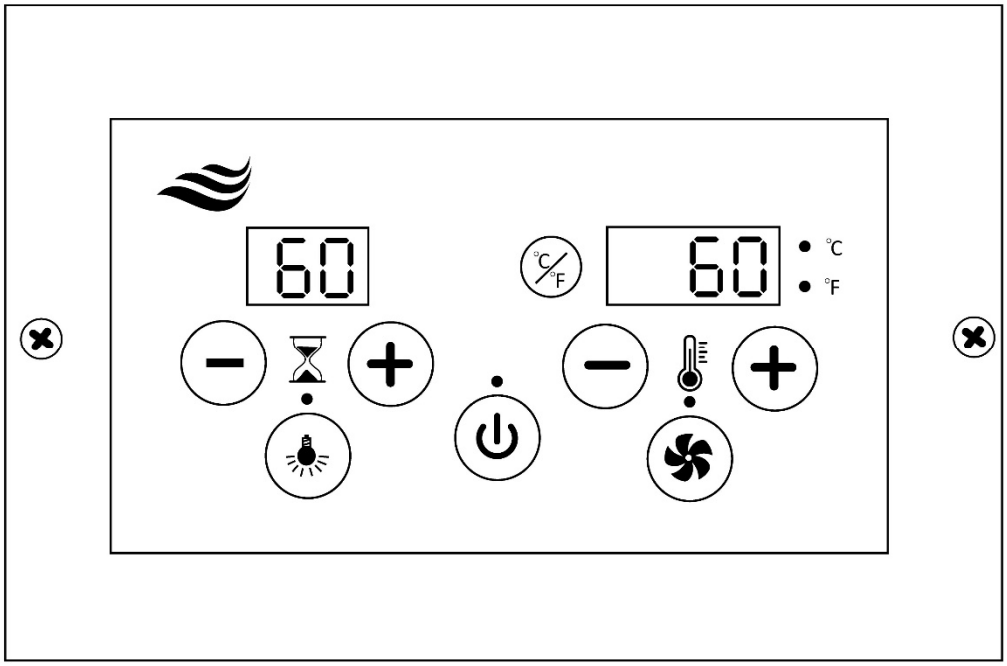


Jetzt können Sie den Stecker an das Stromnetz anschließen und in Betrieb nehmen.

3. BEDIENUNG DER INFRAROTKABINE



© ATROPA



Bevor Sie Ihre Infrarotkabine in Betrieb nehmen können, müssen Sie sie an den Strom anschließen.

Bitte vergewissern Sie sich vorher, ob Ihr System den Anforderungen der Infrarotkabine entspricht (230 Volt, Absicherung entsprechend der Leistung, etc.).

Im Zweifel fragen Sie bitte Ihren Elektriker.

3.1. Einschalten / Ausschalten

Um Ihre Infrarotkabine einzuschalten, drücken Sie die „Power“-Taste einmal kurz. Ein akustisches Signal ertönt und das Display zeigt nun die aktuelle Temperatur, die Zeit und den Beleuchtungsstatus an. Durch erneutes Drücken dieser Taste schaltet sich die Infrarotkabine wieder aus.

3.2. Einstellen der Zeit

Durch Betätigen der Tasten „+“ oder „-“ neben der Sanduhr können Sie die verbleibende Sitzungsdauer um eine Minute erhöhen oder verringern. Wird die Taste gedrückt gehalten, verändert sich die Zeit schneller. Wenn Sie die Taste länger als 2

Sekunden nicht betätigen, kehrt das Display wieder in den aktuellen Anzeigemodus zurück und die neue verbleibende Sitzungsdauer ist gespeichert. Diese Einstellung wird auch beim nächsten Einschalten der Infrarotkabine angezeigt.
Während der Sitzung wird die Zeit, Minute für Minute, heruntergezählt.

3.3. Gewünschte Maximaltemperatur einstellen

Das Einstellen der gewünschten maximalen Innentemperatur funktioniert ähnlich der Zeiteinstellung. Durch Betätigen der Tasten „+“ oder „-“ neben dem Temperatursymbol können Sie die gewünschte Kabineninnentemperatur erhöhen oder senken. Wenn Sie die Taste einmal drücken, steigt bzw. sinkt die gewählte Temperatur um ein Grad Celsius. Wird die Taste gedrückt gehalten, verändert sich die gewünschte Temperatur schneller. Wenn Sie die Taste länger als 2 Sekunden nicht drücken, wird die neue Temperatur gespeichert. Diese Einstellung wird auch beim nächsten Einschalten Ihrer Infrarotkabine angezeigt.

3.4. Ventilatorsteuerung

Der Ventilator Ihrer ATROPA Infrarotkabine lässt sich bequem per Ventilatortaste ein- und ausschalten. Seine Funktion ist es, für angenehme Frischluftzufuhr zu sorgen und die Wärme optimal im Raum zu verteilen. Er erreicht dies, indem er die warme Luft, die sich an der Decke staut, gezielt nach unten leitet.

3.5. Leselicht

Drücken Sie kurz die Taste mit dem Lampensymbol, um das Leselicht einzuschalten. Durch mehrmaliges Drücken wechseln Sie zwischen den Lichtmodi:

1. Leselicht (Warmweiß)
2. Aus
3. Tageslicht (Kaltweiß)
4. Aus
5. Mischlicht (Kaltweiß und Warmweiß)
6. Aus

© ATROPA

3.6. Infrarotstrahler in der Intensität regeln

Die Intensität jedes einzelnen Infrarotstrahlers lässt sich nach Bedarf regeln. Das ermöglicht nicht nur eine perfekt individualisierte Infrarotbestrahlung, sondern spart auch Strom und verlängert die Lebensdauer der Strahler.

Auch Niedertemperaturanwendungen sind ganz einfach umzusetzen: Reduzieren Sie dafür die Intensität oder schalten Sie einzelne Strahler komplett ab, um die Kabinentemperatur niedrig zu halten. Die Steuerung erfolgt bequem über die Drehregler oberhalb des jeweiligen Strahlers. Eine Einstellung auf 0 % schaltet den Infrarotstrahler aus.

3.7. Farblichttherapie (optional)

Ihre Infrarotkabine ist mit modernen LED-Farblichtleisten ausgestattet.

Die Farblichttherapie wird ganz einfach mittels einer Fernbedienung geregelt.
Drücken Sie auf die jeweilige Farbe, um diese einzuschalten. Mit der Ein-/Ausschalttaste schalten Sie die Farblichtleiste ein bzw. aus.
Die Lichtleiste bietet mehrere Farblichtwechsel:

Taste	Funktion	Beschreibung
Flash	Blitz-Wechsel	Die Farben wechseln in sehr schneller Abfolge und springen von einer Farbe zur nächsten.
Strobe	Stroboskop/Farbblinken	Die aktuell eingestellte Farbe blinkt heller und dunkler oder pulsiert in einer schnellen, rhythmischen Abfolge.
Fade	Sanfter Farbwechsel	Die Farben wechseln fließend und sanft ineinander über, ohne harte Sprünge. Ideal für eine entspannte, harmonische Atmosphäre.
Smooth	Gleichmäßiger Übergang	Die Farben wechseln langsam und äußerst gleichmäßig ineinander über. Dies erzeugt einen besonders beruhigenden, unauffälligen und harmonischen Farbübergang.

Schema der Ansteuerung der einzelnen Farben

Farben haben für den Menschen immer schon eine herausragende Rolle gespielt. Den einzelnen Farben werden unterschiedliche Wirkungen zugeordnet, wobei die untenstehende Darstellung der Hauptfarben nur überblicksmäßig zu verstehen ist.

- Rot:
  ist die Farbe des Feuers, von Liebe und Leidenschaft, aber auch des Zorns. Sie erregt Aufmerksamkeit und steht für Vitalität und Energie, Liebe und Leidenschaft. Rot kann aktivieren, erwärmen, aber auch erhitzen. Es regt den Kreislauf, den Stoffwechsel und das Immunsystem an.
- Gelb:
  ist die Farbe der Sonne. Gelb steht für Licht, Optimismus und Freude und lindert Ängste und Depressionen. Da gelbe Farbtöne entgiftend wirken, werden sie bei Rheuma, Leberstörungen und Immunsystemschwächen eingesetzt.

- Grün:
  ist die Farbe der Natur. Es beruhigt, harmonisiert und steht für Sicherheit und Hoffnung. In der Farbtherapie wird Grün bei Herzkrankheiten eingesetzt. Auch Trauer, Wut und Liebeskummer können durch grüne Farbtöne gelindert werden.

- Türkis:
  ist eine kühle, frische Farbe. Türkis vermittelt geistige Offenheit und Freiheit, kann aber auch distanziert wirken. Türkis wird bei Infekten und Allergien aller Art verwendet und schützt das Immunsystem.

- Blau:
  die Farbe des Himmels steht für Ruhe, Vertrauen und Sehnsucht. Blau hilft bei Schlafstörungen und Entzündungen. Es fördert Sprachfähigkeiten und klares Denken.

- Violett:
  steht für Würde, Mystik und Schutz. Die Farbe der Inspiration und der Kunst ist extravagant. Sie wirkt schmerzlindernd, reinigend und entgiftend. Violett unterstützt aber auch die Konzentration und fördert das Selbstvertrauen.

© ATROPA

3.8. Musikanlage (optional)

Wiedergabe über Wireless Audio:

Um Audio über Wireless Audio abspielen zu können, benötigen Sie ein Wireless-Audio-fähiges Gerät (z. B. Smartphone, Tablet, MP3-Player oder Fernseher). Verbinden Sie Ihr Wireless-Audio-Gerät mit „BT-Speaker“. Sobald die Verbindung besteht, können Sie über Ihr Wireless-Audio-Gerät Musik in Ihrer Infrarotkabine abspielen.

4. PFLEGE UND WARTUNG

Die Pflege und Reinigung der ATROPA Infrarotkabinen stellt keinen großen Aufwand dar. Aus hygienischen Gründen empfehlen wir, während der Anwendung ein Saunatuch unter das Gesäß und, falls notwendig, auch ein dünnes Handtuch unter die Füße zu legen, damit der Schweiß aufgefangen werden kann.

Die Reinigung der Infrarotkabine sollte mit einem feuchten Tuch erfolgen. Bitte verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel, da diese das Holz angreifen oder sogar Flecken hinterlassen können. Reinigen Sie bitte die Glastür ebenfalls nur mit einem feuchten Tuch.

Bitte reinigen Sie die Schutzgitter der Infrarotstrahler vorsichtig mit einem trockenen Tuch, da sich ansonsten die spezielle Beflockung lösen kann.

Sie brauchen das Holz nicht zu behandeln, da es sich um ein antibakterielles und feuchtigkeitsbeständiges Holz handelt. Sie können bei Bedarf die Innenseite mit einem feinen Sandpapier abschleifen, um grobe Verunreinigungen zu entfernen.

© ATROPA

5. ANWENDUNGSPLAN UND TIPPS

1. Lassen Sie Ihren Tag mit einem Gang in Ihre Infrarotkabine ausklingen! Sie können von der entspannenden und beruhigenden Wirkung der Infrarotkabine vor dem Schlafengehen profitieren. Der entspannte und erholte Zustand, der dadurch hervorgerufen wird, hilft Ihnen, tiefer und besser zu schlafen.
2. Nehmen Sie vor der Sitzung eine Dusche, um intensiver zu schwitzen und sich wohler zu fühlen. Das öffnet nicht nur die Poren und ermöglicht ein intensiveres Schwitzen, sondern vermeidet auch eine schnelle Überhitzung des Körpers.
3. Trinken Sie vor, während und nach der Sitzung ausreichend Flüssigkeit, um Ihren Wasserhaushalt auszugleichen und ein mögliches Dehydrieren zu vermeiden.
4. Wenn Sie zuvor noch keine Erfahrungen mit Infrarotkabinen gesammelt haben, empfehlen wir, zunächst bei max. 45°C nicht länger als 15 Minuten in der Infrarotkabine zu bleiben und die Intensität und Nutzungsdauer von Sitzung zu Sitzung langsam zu erhöhen. Regeln Sie die Temperatur und Dauer so, dass Sie sich wohlfühlen. Nutzen Sie dazu auch die Belüftung (Ventilatortaste) oder lüften Sie zwischendurch durch kurzes Öffnen der Tür.
5. Benutzen Sie stets zwei Handtücher. Breiten Sie eines auf dem Boden aus und legen Sie das zweite auf die Liege.
6. Bei ersten Anzeichen einer Erkältung können sich mehrmalige Sitzungen positiv auswirken, da sie das Immunsystem stärken und die Vermehrung von Krankheitserregern verringern. Bei akuter Krankheit sollten Sie die Infrarotkabine jedoch nicht benützen.
7. Um Schmerzen zu mindern und Muskeln zu lockern, massieren Sie die betroffene Stelle während der Sitzungen.
8. Nach der Sitzung werden Sie noch einige Zeit nachschwitzen. Gehen Sie daher nicht sofort unter die Dusche. Bleiben Sie noch eine Weile (eventuell mit offener Tür) in der Infrarotkabine sitzen und warten Sie ein wenig. Wenn Sie sich gut genug fühlen, nehmen Sie eine warme (entspannende) oder kalte (belebende) Dusche.

5.1. Therapieplan

Bei der nachstehenden Tabelle handelt es sich lediglich um Empfehlungen zur Nutzung der Infrarotkabine, die je nach Bedürfnis variieren können. Je nach Hauttyp, Gewohnheit und Tagesverfassung kann die angegebene Intensität als zu intensiv empfunden werden. In diesem Fall reduzieren Sie die Intensität. Im Zweifel sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt oder Therapeuten. Je nach Umgebungstemperatur und Modell kann es zu unterschiedlichen Vorheizzeiten kommen (5 bis 20 Minuten). Bitte heizen Sie vor der Anwendung auf etwa 25°C - 30°C vor.

Anwendung	Intensität	Max. Temp.	Dauer	Intervall
Entgiften/Entschlacken	15 Minuten auf 100% 25 Minuten auf 75%	55°C	40 Min.	2 x pro Woche
Behandlung von Gelenksproblemen	100%	40 °C	20 Min.	jeden 2. Tag
Aufwärmen vor dem Sport	50%	45°C	10 Min.	jeden Tag
Cellulite	100%	45°C	25 Min.	2 bis 3 x pro Woche
Bronchien	100%	50°C	15 Min.	jeden 2. Tag
Muskelentspannung	20 Min. 75% 10 Min. 50%	40°C	30 Min.	jeden Tag
Erkältung (Vorbeugung)	75%	45°C	20 Min.	mind. 1 x pro Woche
Kalorien reduzieren	50%	55°C	45 Min.	jeden 2. Tag
Wirbelsäule	100%	40°C	15 Min.	jeden Tag

© ATROPA

6. ANWENDUNGSHINWEISE UND SICHERHEITSBESTIMMUNGEN

- Lesen Sie die Instruktionen sorgfältig durch, bevor Sie die Infrarotkabine benützen.
- Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr vor, nach und gegebenenfalls auch während der Sitzungen. Bleiben Sie nur so lange in der Infrarotkabine, wie Sie sich wohlfühlen.
- Verwenden Sie stets ein oder mehrere Saunatücher, um den Schweiß aufzufangen.
- Bei akuter Krankheit oder wenn Sie Verbrennungen, offene Wunden, Augenprobleme etc. haben, sollten Sie die Infrarotkabine nicht benützen.
- Hyperthermie (Überhitzung): Die Körpertemperatur darf nicht über 39°C ansteigen. Symptome einer übermäßigen Hyperthermie umfassen Schwindelgefühl, Antriebslosigkeit, Schläfrigkeit und Ohnmachtsanfälle. Sollten Sie während einer Sitzung solche oder ähnliche Symptome oder Schmerzen spüren, so brechen Sie bitte die Anwendung sofort ab. Öffnen Sie bitte zunächst für einige Minuten die Tür, um Frischluft hereinzulassen, und stehen Sie erst auf, wenn das Schwindelgefühl nachlässt.
- Betreiben Sie die Infrarotkabine stets unter Aufsicht. Schlafen Sie nicht in der Infrarotkabine, wenn diese eingeschaltet ist.
- Sofort nach einer Sitzung sollten Sie sich körperlich nicht anstrengen. Warten Sie mindestens 30 Minuten, damit sich Ihr Körper abkühlen kann.
- Die Einnahme von Alkohol, Drogen oder Medikamenten vor, während oder nach der Benutzung der Infrarotkabine kann zu ernsthaften Verletzungen oder Schäden führen.
- Konsultieren Sie vor der Benutzung Ihren Arzt, falls Sie gesundheitliche Probleme haben, z.B. eine Herzkrankheit, Fettleibigkeit, hohen oder niedrigen Blutdruck, Kreislaufprobleme oder Diabetes, oder wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen.
- Schwangere Frauen sollten vor der Nutzung ihren Arzt kontaktieren.
- Personen mit vermindertem Schmerzempfinden sollten die Infrarotkabine nur nach Absprache mit ihrem Arzt nutzen.
- Kinder sollten die Infrarotkabine nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen.
- Dieses Gerät ist nur für den privaten Gebrauch bestimmt. Eine permanente Verwendung kann langfristig zu Schäden führen.
- Vergewissern Sie sich, dass Ihre Stromversorgung den Anforderungen der Infrarotkabine und den aktuell geltenden Bestimmungen entspricht. Achten Sie darauf, dass Sie keine Kabel einklemmen oder knicken.
- Falls das Stromkabel beschädigt wird, darf die Infrarotkabine nicht in Betrieb genommen werden und muss ausgesteckt bleiben. Wird das Stromkabel ungewöhnlich warm, könnte

eine technische Störung vorliegen. Stecken Sie in diesem Fall die Infrarotkabine aus und kontaktieren Sie uns, um Schäden zu vermeiden.

- Bedenken Sie stets, dass es sich bei der Infrarotkabine um ein elektrisches Gerät handelt, und seien Sie dementsprechend vorsichtig. Trocknen Sie Ihre Hände, bevor Sie den Stromstecker ein- oder ausstecken oder die Infrarotkabine bedienen. Vermeiden Sie den Kontakt jeglicher Teile der Infrarotkabine mit Wasser.
- Legen oder stellen Sie keine Gegenstände in oder auf die Infrarotkabine, decken Sie diese von außen nicht ab und isolieren Sie sie nicht zusätzlich.
- Achten Sie unbedingt darauf, einen Mindestabstand von 1 cm zum Schutzgitter des Infrarotstrahlers einzuhalten. Es sollten weder Haare, Handtuch, Sitzkissen noch sonstige Dinge zu nahe am Schutzgitter des Strahlers liegen, wenn dieser in Betrieb ist.
- Keinesfalls dürfen Gegenstände jeglicher Art durch die Öffnungen im Schutzgitter gelangen und den Strahlerstab berühren oder in die Nähe von ebendiesem kommen (Brandgefahr).
- Decken Sie den Strahler niemals mit einem Handtuch oder Ähnlichem ab, wenn dieser eingeschaltet ist. Die Abwärme oberhalb der Strahler muss entweichen können.
- Der Aufstellort muss trocken und eben sein. Er sollte eine Temperatur von über 10°C und eine relative Luftfeuchtigkeit von unter 70 % haben. Die Infrarotkabine sollte eine für den Aufstellungsort ausreichende Hinterlüftung haben, um eine Wärmestauung und Schimmelbildung zu vermeiden. Stellen Sie die Kabine nicht im Freien auf. Sollten Sie Bedenken bezüglich des Aufstellortes haben, so kontaktieren Sie uns bitte.
- Verwenden Sie in der oder im Zusammenhang mit der Infrarotkabine keine Zusatzgeräte (z. B. Vernebler, Heizlüfter), die nicht ausdrücklich von ATROPA zugelassen sind. Solche Geräte können zu Feuer, Elektroschock oder anderen Schäden führen. Durch den Einsatz solcher Geräte verfallen alle Garantie-, Gewährleistungs- und Haftungsansprüche.
- Unternehmen Sie keinen Versuch, Reparaturen ohne vorherige Rücksprache selbst durchzuführen. Durch ungenehmigte Reparaturversuche verfällt die Garantie.
- Für Schäden, die durch unsachgemäße Nutzung entstehen, müssen wir leider jegliche Haftung ausschließen.
- Holz ist ein Naturwerkstoff. Beachten Sie, dass Farbabweichungen und Maserungen normal sind und keinen Reklamationsgrund darstellen.
- ATROPA arbeitet ständig an der Weiterentwicklung aller Modelle. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass deshalb Änderungen des Lieferumfangs in Form, Ausstattung und Technik möglich sind. Die Angaben über Lieferumfang, Aussehen, Leistungen, Maße, Gewichte, Normen und Funktionen der Infrarotkabinen können daher von der Anleitung abweichen. Aus den Angaben, Abbildungen und Beschreibungen dieser Anleitung können keine Ansprüche hergeleitet werden.

7. FEHLERBEHEBUNG

Problem	Mögliche Ursache	Fehlerbehebung
Kabine lässt sich nicht einschalten	Die Infrarotkabine ist nicht an die Steckdose angeschlossen.	Verbinden Sie den Netzstecker mit der Steckdose.
	Netzstecker ist angeschlossen aber die Infrarotkabine lässt sich trotzdem nicht einschalten?	Überprüfen Sie die Steckverbindung des Displays am Dach, ob diese korrekt verbunden ist. Falls das nicht hilft, kontaktieren Sie bitte unseren Kundendienst.
Infrarotstrahler funktioniert nicht	Drehregler steht auf 0 %.	Erhöhen Sie die Intensität über den Drehregler.
	Steckverbindung am Dach nicht verbunden.	Überprüfen Sie die Steckverbindungen am Dach.
	Infrarotstrahler defekt.	Infrarotstrahler tauschen. Bitte kontaktieren Sie unseren Kundendienst.
Leselicht funktioniert nicht	Steckverbindungen getrennt oder locker.	Überprüfen Sie, ob die Steckverbindungen am Dach korrekt verbunden sind.
	Leuchtmittel defekt.	LED-Lampe defekt. Ersatzleuchten erhalten Sie bei unserem Kundendienst.
Farblicht lässt sich nicht einschalten	Farb-LED defekt.	Kontrollieren Sie die Steckverbinder oder kontaktieren Sie unseren Kundendienst.
Display zeigt maximal 10° C an	Kabel nicht korrekt verbunden.	Überprüfen Sie das Verbindungskabel zwischen dem Temperatursensor und der Steuereinheit am Dach der Infrarotkabine.
	Temperatursensor defekt.	Kontaktieren Sie bitte unseren Kundendienst.
Display leuchtet, zeigt aber kein Symbol an	CPU benötigt einen Reset.	Bitte trennen Sie die Infrarotkabine vom Strom, warten Sie eine Minute und stecken Sie sie wieder an.

	Display oder Steuereinheit defekt.	Bitte kontaktieren Sie unseren Kundendienst.
Tür schließt nicht richtig beziehungsweise streift am Rahmen	Tür ist nicht richtig eingestellt.	Tür muss justiert werden. Siehe Punkt 2.3.4.
Die Infrarotkabine braucht lange, um die eingestellte Maximaltemperatur zu erreichen	Intensität zu niedrig eingestellt.	Stellen Sie am Anfang im Vorheizvorgang die Intensität immer auf 100%.
	Strahler abgeschaltet.	Erhöhen Sie die Intensität über die Drehregler

© ATROPA

8. TECHNISCHE DATEN

	AS Relax 1
Anzahl Liegeplätze	1
Abmessungen	91 x 185 x 191 cm
Leistung	ca. 2350 Watt
Mindestabsicherung	13 Ampere
Infrarotstrahlerkonzept	7 Solis® RED® Vollspektrumstrahler (alle einzeln regelbar); 1 CarboSens® Flächenstrahler
Stromanschluss	230 V (gewöhnliche Haushaltssteckdose)
Bedienung	Tastendisplay, Drehregler für jeden Strahler
Aufbau	Doppelwandige Konstruktion, schnelle und einfache Montage
Sitzbank	1 Liege, viskoelastischer AtroSoft® Schaumstoff
Temperaturbereich	Von 25° C bis max. 65° C
Belüftung	Niedertemperatursystem, Ventilator
Tür	Gehärtetes Sicherheitsglas, Vollglas anthrazit
Türgriff	Stabiler Vollholzgriff
Vorheizzeit Strahler	ca. 1 Sekunde
Leselicht	1 LED Spot
Qualitätssiegel	GS, Muster, CE, Seibersdorf