

INFRAROTANWENDUNG

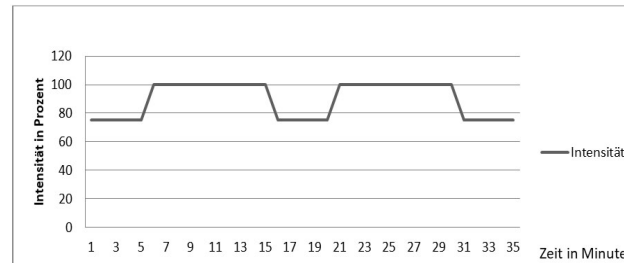
- **Trinken** Sie vor und nach jeder Infrarotanwendung ausreichend Flüssigkeit, damit der Wasserhaushalt im Körper ausgeglichen bleibt.
- **Duschen** Sie vor der Benützung, um die Poren zu öffnen und ein intensiveres Schwitzen zu ermöglichen.
- Benutzen Sie ein **Handtuch** als Unterlage.
- Die Solis® Tiefenwärmestrahler sind **in etwa 3 Minuten auf Betriebstemperatur**. In kühlen Räumen ist jedoch zu empfehlen die Infrarotkabine 5-15 Minuten vorzuheizen bis die gewünschte Innenraumtemperatur erreicht ist.
- Die empfohlene Anwendungsdauer beträgt **zwischen 15 und 45 Minuten**. Dies kann nach persönlichem Bedürfnis oder Tagesverfassung variieren.
- Die Temperatur sollte nach dem persönlichen Wohlbefinden gewählt werden. Diese liegt etwa **zwischen 35° und 60° C**.
- Auch die **Intensitäten** der Solis® Infrarotstrahler können nach den individuellen Wünschen in 1%-Schritten geregelt werden.
- Durch das **Niedertemperaturprinzip** können Sie bereits bei niedrigen Temperaturen eine effektive Tiefenwärmeanwendung genießen. Schalten Sie hierzu die nicht benötigten Strahler aus und öffnen Sie den Lüftungsschieber.
- Achten Sie darauf, dass Sie nach der Infrarotanwendung eine kurze **Ruhephase** einhalten.

AUTOMATISCHE PROGRAMME

Die **vier automatischen Programme** regeln je nach Anwendungsgebiet die Einstellungen der **Intensität** und der **Zeit**. Die Programme können **für jede Zone individuell angepasst** werden.

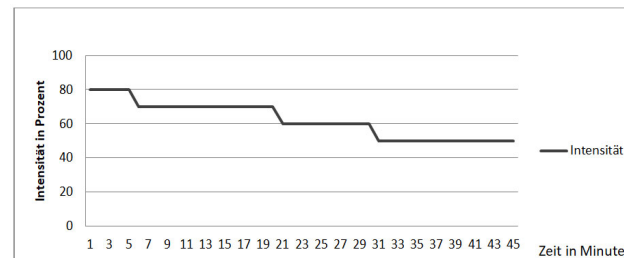
Programm P1: THERAPY (THERAPIE)

Intensive Infrarotanwendung für erfahrene, gesunde Infrarotanwender mit **hoher Intensität**. Effektive Tiefenwirkung hilft besonders bei Muskelverspannungen und Gelenksproblemen und damit einhergehenden Schmerzen.



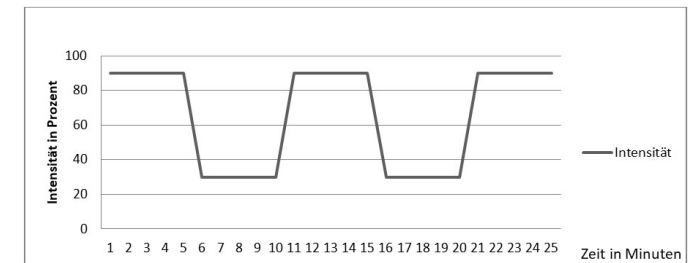
Programm P2: DETOX (ENTGIFTUNG)

Besonders längere Infrarotanwendungen mit **leicht abnehmender Intensität** fördern das intensive Schwitzen, bei dem über die Schweißdrüsen körperliche Abbauprodukte ausgeschieden werden können.



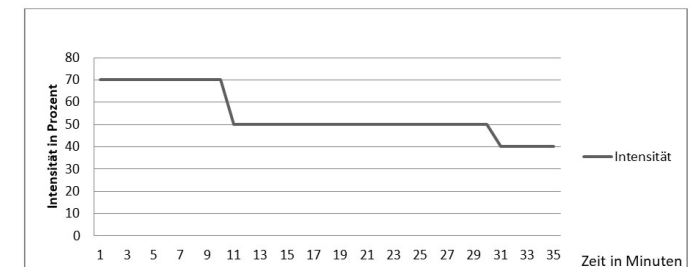
Programm P3: REFRESH (REVITALISIEREN)

Wenn Sie sich erschöpft und kraftlos fühlen, ist dieses Programm genau das Richtige für Sie. Die **stark wechselnden Intensitäten** beleben und wirken revitalisierend.



Programm P4: SOFT INFRARED (SANFTE BESTRAHLUNG)

Sanfte und schonende Infrarotanwendung mit **moderater und abnehmender Intensität**. Kann auch von Einsteigern und kreislaufgeschwächten Personen verwendet werden.



Kurzanleitung ATR Infrarotkabine für 1 Person

① Intensität des Rückenstrahlers
Hier wird die aktuelle Intensität des Rückenstrahlers angezeigt.

② Heizanzeige Rückenstrahler
Das Symbol zeigt den Heizstatus des Rückenstrahlers an.

③ Aktuelle Temperatur
Wenn die Anzeige blinkt, wird die gewünschte Maximaltemperatur angezeigt.

④ Leselicht
Das Symbol zeigt den Status des Leselichts an.

A Power
Schaltet die Infrarotkabine ein bzw. aus. Langes Drücken führt in den Setup Modus. Im Setup Modus können Sie mit den Pfeiltasten (E) die Farbwechseldauer erhöhen bzw. verringern. Mit der Taste (C) können Sie das Standbylicht (A) abschalten. Mit (F) können Sie die Musikanlage ein- bzw. abschalten. Mit (G) können die Tastentöne abgeschaltet werden.

B Regelung des Rückenstrahlers
Mit diesen Tasten können Sie die Intensität des Rückenstrahlers in 1% Schritten erhöhen bzw. verringern.

C Lese- und Farblight
Einmal betätigen, um das Leselicht einzuschalten. Nochmaliges Betätigen führt zum Farbwechselmodus. Mehrmaliges Drücken wählt die einzelnen Farben an. Gedrückt halten zum Dimmen. Langes Drücken bei ausgeschaltetem Licht schaltet das Tageslicht ein.

⑤ Intensität der Schulter- und Frontstrahler
Hier wird die aktuelle Intensität der Schulter- und ggf. des Frontstrahlers angezeigt.

⑥ Heizanzeige der Schulter- und Frontstrahler
Das Symbol zeigt den Heizstatus der Schulter- und ggf. des Frontstrahlers an.

⑦ Programm und MyFamily® Speicherplatz
Hier wird das aktuelle Programm oder der MyFamily® Speicherplatz angezeigt.

⑧ Aktuelle Farbeinstellung
Zeigt die aktuelle Farbeinstellung an. Wechselnden Symbolen bei automatischem Farbwechselmodus. Statische Anzeige bei Einzelfarbenmodus.

⑨ Restliche Anwendungsdauer
Zeigt die Restlaufzeit an. Sie können die Zeit jederzeit erhöhen bzw. verringern.

D Regelung der Schulter- und Frontstrahler
Mit diesen Tasten können Sie die Intensität der Schulter- und des Frontstrahlers in 1% Schritten erhöhen bzw. verringern.

E Zeit- und Temperatursteuerung
Mit den Pfeiltasten können Sie die Anwendungsdauer und Temperatur erhöhen bzw. verringern.

F MyFamily® Speicherfunktion
Um einen Speicherplatz zu laden, betätigen Sie diese Taste 1 bis 4 mal. Nach 5 Sekunden wird der gewählte Speicherplatz automatisch geladen. Um eine Einstellung zu speichern, wählen Sie den gewünschten Speicherplatz und halten Sie die Taste anschließend für 5 Sekunden gedrückt.

G Temperatureinstellung und Programmauswahl
Einmal betätigen für die Temperatureinstellung. Mit den darüberliegenden Pfeiltasten (E) können Sie die Temperatur anschließend erhöhen bzw. verringern. Durch mehrmaliges Drücken werden die einzelnen Programme durchgeschaltet. Mit den Pfeiltasten (B) und (D) können die Intensitäten während der Programme angepasst werden.