

INFRAROTANWENDUNG

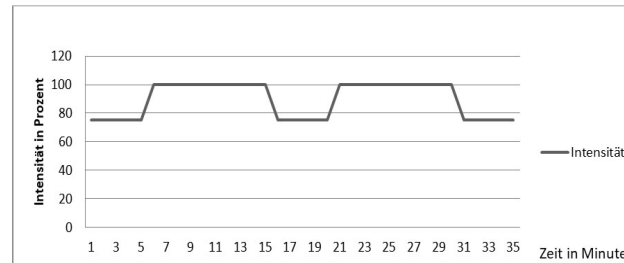
- **Trinken** Sie vor und nach jeder Infrarotanwendung ausreichend Flüssigkeit, damit der Wasserhaushalt im Körper ausgeglichen bleibt.
- **Duschen** Sie vor der Benützung, um die Poren zu öffnen und ein intensiveres Schwitzen zu ermöglichen.
- Benutzen Sie ein **Handtuch** als Unterlage.
- Die Solis® 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 5%-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.

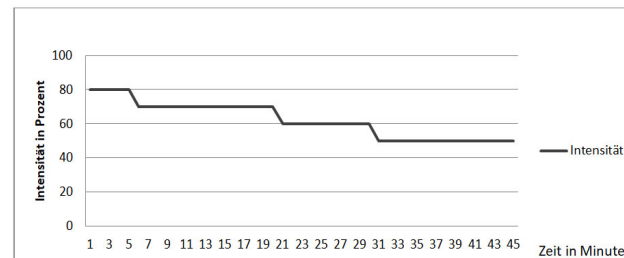
Programm P1: THERAPY (THERAPIE)

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



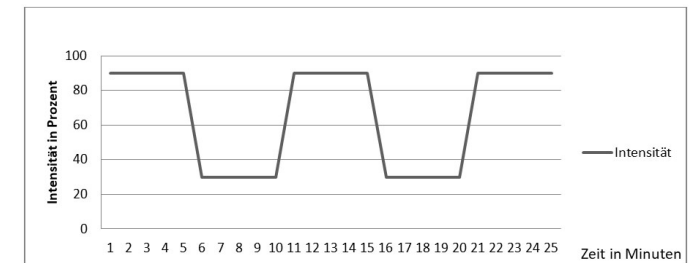
Programm P2: DETOX (ENTGIFTUNG)

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



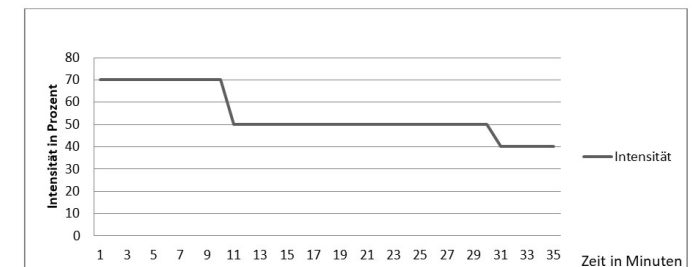
Programm P3: REFRESH (REVITALISIEREN)

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 2 Personen

① Intensität linke Seite

Hier wird die Intensität der Infrarotstrahler der linken Seite (von innen) angezeigt.

② Heizanzeige linke Seite

Das Symbol zeigt den Heizstatus der Strahler der linken Seite (von innen) an.

③ Aktuelle Temperatur

Wenn die Anzeige blinkt, wird die gewünschte Temperatur angezeigt.

④ Leselicht

Das Symbol zeigt den Status des Leselichts an.

Ⓐ 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.

Ⓑ Regelung linke Seite

Mit diesen Tasten können Sie die Intensität der Strahler der linken Seite (von innen) in 1% Schritten erhöhen bzw. verringern.

Ⓒ Lese- und Farblicht

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 rechte Seite

Hier wird die Intensität der Infrarotstrahler der rechten Seite (von innen) angezeigt.

⑥ Heizanzeige rechte Seite

Das Symbol zeigt den Heizstatus der Strahler der rechten Seite (von innen) an.

⑦ Programm, 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.

Ⓓ Regelung rechte Seite

Mit diesen Tasten können Sie die Intensität der Strahler der rechten Seite (von innen) in 1% Schritten erhöhen bzw. verringern.

Ⓔ Zeit- und Temperatursteuerung

Mit den Pfeiltasten können Sie die Anwendungsdauer und Temperatur erhöhen bzw. verringern.

Ⓕ MyFamily® Speicherfunktion

Um einen Speicherplatz zu laden, betätigen Sie die 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.

Ⓖ 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.

