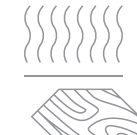


# PRŮVODCE POUŽITÍM A ÚDRŽBOU

Chceme, aby váš produkt HANSCRAFT byl ideálním místem pro relaxaci nebo zábavu po mnoho let. Abychom vám pomohli s péčí o tento produkt, podívejte se na naše doporučení k údržbě.



EKOLOGICKY  
ŠETRNÝ/BEZCHEMICKÝ  
PROCES



TEPELNĚ  
MODIFIKOVANÉ  
DŘEVO



KVALITNÍ  
MATERIÁLY



ODOLNOST



JEDNODUCHÁ  
INSTALACE



# Vstupte do originálu

Vítejte v nejstarší relaxační místnosti na světě. Již více než 2 000 let je sauna ceněným způsobem života, který lidem nabízí útočiště pro uklidnění pocuchaných nervů, uvolnění unavených svalů a obnovení kontaktů s přáteli. Nyní je řada na vás.

Zde je popis toho, co můžete očekávat:

## **Zlepšení kardiovaskulárního zdraví**

Bylo prokázáno, že saunování zlepšuje kardiovaskulární zdraví tím, že zvyšuje průtok krve a snižuje krevní tlak. To může vést ke snížení rizika srdečních onemocnění, mrtvice a dalších kardiovaskulárních problémů.

## **Úleva od bolesti**

Saunování může pomoci snížit bolest a zánět v těle. Teplo sauny může pomoci uvolnit svaly a zmírnit napětí, což může být zvláště prospěšné pro osoby trpící chronickými bolestmi, jako je například artritida.

## **Detoxikace**

Saunování pomáhá vyplavovat z těla toxiny a nečistoty, čímž podporuje zdravější imunitní systém a celkové zdraví.

## **Zlepšení zdraví pokožky**

Teplo a pára v sauně pomáhají otevírat póry a podporují zdravou pokožku. Bylo prokázáno, že saunování zlepšuje tón pleti, její strukturu a celkový vzhled.

## **Snížení stresu**

Saunování může pomoci snížit stres a podpořit relaxaci, což vede k lepšímu duševnímu zdraví a celkové pohodě.

## **Zlepšení sportovního výkonu**

Používání sauny prokazatelně zlepšuje sportovní výkon tím, že zvyšuje vytrvalost a snižuje únavu svalů.

## **Lepší spánek**

Používání sauny může podpořit lepší spánek tím, že uvolňuje tělo a snižuje hladinu stresu. To může vést ke zlepšení kvality spánku a klidnějšímu nočnímu odpočinku.

To jsou jen některé z mnoha zdravotních přínosů pravidelného saunování. Je důležité si uvědomit, že saunování by mělo být vždy bezpečné a kontrolované a že osoby s určitými zdravotními potížemi by se měly před použitím sauny poradit se svým lékařem.

# Pokyny pro používání

Není nic lepšího než dobrá sauna, která vám pomůže odpočinout si a načerpat energii. Pamatujte však, že i ty nejpříjemnější aktivity mají svá pravidla. Aby byl váš zážitek ze sauny bezpečný a příjemný, přinášíme vám několik užitečných tipů:

## **Nezůstávejte v sauně příliš dlouho**

Vysoké teploty mohou způsobit dehydrataci nebo přehřátí, proto omezte sezení na 15–20 minut a dělejte přestávky na hydrataci a ochlazení.

## **Nepijte alkohol**

Dvakrát si rozmyslete, zda si před saunováním nebo během něj dopřejete nějaký nápoj. Alkohol vás může dehydratovat a zvýšit zdravotní rizika.

## **Nenoste šperky**

Šperky nebo jakékoliv kovové předměty se mohou v sauně zahřát a způsobit nepříjemné pocity nebo popáleniny.

## **Nechte své zařízení mimo saunu**

Vlhkost v sauně může být pro elektroniku noční můrou a poškodit váš telefon nebo notebook.

## **Vždy si sedněte nebo lehněte na ručník**

K sezení nebo ležení používejte ručník nebo savý materiál, který zabraňuje uklouznutí a hygienicky chrání lavice v sauně.

## **Před saunováním nejezte**

Těžká jídla mohou vést k zažívacím potížím. Zvolte raději lehké jídlo nebo svačinu.

## **Nikdy nenechávejte saunu bez dozoru**

Před odchodem ze sauny vždy vypněte zdroj tepla.

## **Vždy mějte po ruce vodu, abyste zůstali**

hydratovaní a v případě potřeby se ochladili.

## **Vyhňte se saunování**

Pokud jste těhotná, máte srdeční potíže nebo jiné zdravotní potíže, které by mohly být ovlivněny vysokými teplotami.

Pokud se necítíte dobře, saunu raději vynechejte.

Vysoké teploty mohou příznaky zhoršit. Vždy věnujte pozornost svému tělu a saunu používejte pouze tehdy, když se cítíte dobře.

Pokud se vám kdykoli zatočí hlava nebo pocítíte závrať, okamžitě saunu opusťte. Pomůže vám studená sprcha nebo pobyt v chladném prostředí.



# Základy pro vaši saunu

Venkovní sauna je útočištěm relaxace a omlazení přímo na vaší zahradě. Než si budete moci užívat uklidňujícího tepla, je nezbytné vytvořit správné základy. Vytvoření dobře připraveného základu pro vaši venkovní saunu je nezbytné pro zajištění její dlouhé životnosti, bezpečnosti a výkonu. Zde je průvodce, který vám pomůže pochopit nejlepší možnosti pro základy sauny a kroky potřebné k přípravě každé z nich:



## Betonový základ

Nejodolnější a nejtrvalejší varianta.

1. Vyznačte si rozměry sauny.
2. Vykopejte jámu do hloubky přibližně 15 cm.
3. Vytvořte dřevěný rám kolem obvodu.
4. Naplňte jámu štěrkovou vrstvou pro odvodnění a položte armaturu pro zpevnění.
5. Nalijte beton, ujistěte se, že je vyrovnaný. Nechte jej vytvrdnout alespoň 20 dní.



## Štěrkový podklad

Ideální pro vynikající odvodnění a snadnější instalaci.

1. Vyčistěte a vyrovnejte terén místa pro saunu.
2. Položte terénní textilii, abyste zabránili růstu plevelů.
3. Obklopte oblast dlažebními kostkami nebo opracovaným dřevem, abyste ji ohraničili.
4. Uzavřený prostor vyplňte zhuštěným štěrkem.



## Dlažební kameny

Poskytuje estetický a propustný podklad.

1. Vyrovnejte terén a odstraňte vegetaci.
2. Položte podklad z písku nebo jemného štěrku a zhuštěte jej.
3. V místech, kde budou umístěny kolébky sauny, umístěte dlažební kameny.
4. Zajistěte, aby dlažba byla rovná.
5. Mezery mezi dlažebními kostkami vyplňte pískem.



### Zakládání na šroubových pilotách

Ideální pro mobilní instalace sauny.

1. Šroubové piloty jsou kovové trubky vhodné pro všechny typy terénu kromě skalnatého. Mají korozivzdorný povlak a špičatý konec s ostřím.
2. Zatlučte piloty do země, aniž byste narušili okolní oblast, a rozmístěte je 1 až 3 metry od sebe podél obvodu a na místech, kde se kříží přepážky.
3. Vyrovnajte vrcholy zašroubovaných pilot, aby vznikl větraný prostor.
4. Zajistěte piloty kovovými nebo dřevěnými trámy.



### Instalace mobilní sauny

1. Montáž sudové sauny na přívěs umožňuje vyhnout se potřebě stavebního povolení a snížit náklady na vytvoření základů, což je ideální pro ty, kteří rádi rybaří, cestují nebo provozují kempy.
2. Ujistěte se, že hmotnost sauny nepřesahuje tažnou kapacitu vozidla.
3. Nainstalujte další podpěry pro stabilizaci přívěsu během používání sauny.

Správná instalace a údržba jsou pro trvanlivost a bezpečnost základů sauny zásadní. Důrazně se doporučuje konzultovat konstrukci s odborníky a nahlédnout do podrobných stavebních příruček, abyste se ujistili, že vaše základy odpovídají místním stavebním předpisům. Tímto způsobem vytvoříte předpoklad pro dlouhá léta bezpečného a relaxačního saunování.



## Pokyny pro instalaci sauny

### Příprava na instalaci

- S balíky dřeva nebo jednotlivými deskami zacházejte při montáži opatrně.
- Nepoškrábejte povrch dřeva a neposouvejte desky po sobě.
- Tepelně upravené dřevo má charakteristickou vůni, která se časem snižuje, ale nikdy zcela nezmizí – pokud se však sauna delší dobu vytápí a zároveň větrá, ztrácí tuto vůni rychleji. Vezměte prosím na vědomí, že nemůžeme přijmout reklamace týkající se kvality nebo vůně dřeva po jeho instalaci, resp. úpravě.
- Přečtěte si návod k instalaci sauny, saunových dílů a instalační příručky pro všechna používaná elektrická zařízení.
- Ujistěte se, že dřevěné materiály nepřijdou během instalace do trvalého kontaktu s vodou, například ve spodní části stěny.
- Ujistěte se, že vnější povrchy sauny nezůstanou po instalaci vystaveny vodě nebo vlhkosti.
- Ujistěte se, že veškeré elektrické práce, včetně instalace elektrického ohříváče, provádí elektrikář s licencií.

### Instalace ohříváče a topných kamenů

- Ujistěte se, že je ohříváč nainstalován podle pokynů výrobce.
- Omyjte topné kameny, abyste odstranili veškeré výrobní chemikálie.
- Nainstalujte topné kameny podle pokynů výrobce a ujistěte se, že topná tělesa nejsou viditelná, protože nalití vody přímo na ně může snížit jejich životnost.

**Důležité – nepoužívejte saunu, když ji zahříváte poprvé!**

- Při prvním zahřívání pod dohledem zahřívajte na teplotu přibližně 100 °C po dobu dvou hodin, přičemž saunu během zahřívání i po něm dobře větrejte; teplo způsobí, že dřevo absorbuje ošetřovací prostředky, které vytvoří ochrannou vrstvu.

## Ochranné úpravy tepelně modifikovaného dřeva v interiérech saun

- Vnitřní dřevěné části sauny je nutné ošetřit speciálními kapalinami na ochranu dřeva před vlhkostí.
- Ošetřující kapaliny jsou k dispozici v dobře vybavených stavebninách. Společnost Hanscraft nenese odpovědnost za výrobky, které byly poškozeny v důsledku nedostatečného ochranného ošetření nebo nesprávné instalace.
- Všechny dřevěné součásti sauny oprašte a poté je očistěte čisticím prostředkem na sauny, než je necháte uschnout.
- Ošetřete vnitřní stěny a stropy na obou stranách, bočních stran specializovaným přípravkem na povrchovou úpravu sauny, jako je Tikkurila Supi Saunasuoja, a poté ošetřete všechny povrchy materiálů na sezení přípravkem na ochranu saunových lavic, jako je Tikkurila Supi Laudesuoja.
- Nepoužívejte barvy ani laky, protože dřevo musí dýchat.



## Jak se mění dřevo v sauně při jejím používání

- Dřevo je přírodní materiál a jeho povrch může při používání v sauně prskat nebo se ohýbat. To je normální vzhledem k extrémním a rychlým změnám teploty a vlhkosti, ke kterým dochází.
- Riziko deformace dřeva závisí na materiálu a intenzitě používání – u širších desek jsou účinky také viditelnější.
- Dřevěné materiály v části sauny, která je nejvíce vystavena horké páře, mohou časem ztmavnout.

## Čemu se vyhnout

**V sauně nesušte textilie**, protože by to mohlo způsobit nebezpečí požáru – nadměrná vlhkost může také poškodit povrch dřeva.

**Vyvarujte se zahřívání sauny nad maximální teplotu** stanovenou výrobcem topidla – nadměrné zahřátí může způsobit riziko požáru nebo deformaci dřeva.

Při čištění interiéru sauny **nikdy nepoužívejte tlakovou myčku ani tekoucí vodu**, protože nadměrná vlhkost může trvale poškodit strukturu a povrch dřeva.



## Transformace barev

Barva dřeva jako přírodního materiálu se v průběhu času mění a výjimkou nejsou ani tepelně upravené dřevěné výrobky Hanscraft, které postupně získávají atraktivní šedou patinu. Hlavními faktory, které způsobují změnu barvy dřeva, jsou déšť a UV

záření ze slunce a to jsou prvky, před kterými je třeba dřevo chránit. Toho lze dosáhnout použitím oleje na ochranu proti UV záření jednou ročně (můžete také použít pigmentovaný UV minerální olej, pokud chcete barvu dřeva trochu zvýraznit).



# Pokyny pro údržbu

## Používání sauny

- **Zahřívání:** Před použitím saunu přehřejte alespoň na 30 až 45 minut. Ideální nastavení teploty se pohybuje od 70°C do 90°C.
- **Řízení úrovně vlhkosti:** Pro zajištění optimálního pohodlí a bezpečnosti v sauně pravidelně kontrolujte úroveň vlhkosti pomocí vlhkoměru. Ideální vlhkost v sauně se pohybuje mezi 10 % a 20 %. Pro nastavení a udržení této úrovně lehce pokropte horké kameny vodou pomocí naběračky.
- **Větrání a sušení:** Pro udržení kvality a dlouhé životnosti vaší sauny, je důležité zajistit správné větrání po každém použití. Po skončení saunování pokračujte v prohřívání sauny po dobu 40 minut až jedné hodiny a saunu plně vyvětrejte tak, že necháte otevřené dveře. To umožňuje důkladnou cirkulaci vzduchu a je to nezbytné po celý rok, bez ohledu na roční období. Dále je důležité nechat topení úplně vyschnout, aby se předešlo hromadění vlhkosti a potenciálnímu poškození. Tento krok pomáhá zachovat funkčnost a bezpečnost topných prvků vaší sauny.
- **Používejte antibakteriální esenciální oleje:** Pokud máte v sauně horké kameny, skvělým způsobem, jak je udržet čisté a svěží, je použít do vody esenciální oleje. Několik esenciálních olejů (například tea tree oil) má antibakteriální účinky. Takže kromě toho, že neuvěřitelně prospívají vaší pokožce a krásně voní, pomůžete udržet saunu v perfektním stavu.

## Po každém použití

- Lavice, podlahu a všechny povrchy vystavené potu otřete vlhkým hadrem, abyste odstranili pot a nečistoty.
- Po použití sauny ji vysušte a vyvětrejte, abyste zabránili vzniku plísní.

## Jednou týdně

- Vyčistěte všechny povrchy sedacích materiálů, stěn a stropů pomocí měkkého kartáče nebo hadříku a specializovaného čisticího prostředku podle pokynů na obalu.
- Vyvarujte se používání čisticích prostředků, které nejsou vhodné pro sauny – například dezinfekční prostředky bělí dřevo a mohou poškodit jeho povrch.
- Alternativa – smíchejte několik kapek citronového esenciálního oleje s vodou a tímto roztokem otírejte lavice v sauně měkkým hadříkem. Tento poskytuje dezinfekční účinek a příjemnou vůni!

## Jednou měsíčně

- Zkontrolujte všechny dřevěné součásti, zda nevykazují známky opotřebení nebo poškození. Utáhněte všechny uvolněné šrouby nebo upevňovací prvky, protože dřevo se může při změnách teploty a vlhkosti rozpínat a smršťovat.
- Zkontrolujte a vyčistěte topné těleso a kameny, abyste se ujistili, že jsou bez prachu a nečistot. Kameny, které vykazují známky poškození nebo prasklin, vyměňte.
- Skleněná dvířka čistěte jemným čisticím prostředkem a měkkým hadříkem, abyste zabránili usazování zbytků.

## Roční údržba

- Proveďte důkladnou prohlídku a hloubkové čištění vaší sauny. To zahrnuje opětovné nanesení ochranných prostředků na vnější a vnitřní dřevěné povrchy, kontrolu elektrických komponentů na opotřebení nebo poškození a zajištění strukturální integrity sauny.
- Zkontrolujte těsnění dveří a panty na známky opotřebení nebo poškození a vyměňte díly, pokud je to nutné, aby byla zachována tepelná izolace a bezpečnost.



# Saunové kameny

Hladina tepla a páry v sauně se reguluje naléváním vody na saunové kameny. Účinnost tohoto procesu významně závisí na tvaru, velikosti, složení a uspořádání kamenů v kamnech. Pro optimální tepelnou izolaci umístěte vrchní vrstvu kamenů do topidla tak, aby byla vrstva hustší s o něco menšími kameny.

## Běžná údržba kamenů

### Čištění

Pravidelně kameny z ohřívače vyjměte a důkladně je opláchněte, abyste se ujistili, že nejsou prasklé nebo výrazně opotřebené.

### Frekvence výměny

Frekvence výměny kamenů závisí na tom, jak často je sauna používána a při jakých teplotách. Dobrým pravidlem je, že pokud saunu používáte jednou týdně, vyměňte kameny jednou ročně, dvakrát týdně, dvakrát ročně atd.

### Likvidace starých kamenů

Při výměně starých kamenů je zlikvidujte zodpovědně. Doporučujeme je vrátit do přírody, například je umístit na zahradu. Saunové kameny nejsou nebezpečným odpadem a neměly by být ukládány na skládky.

## Kontrola opotřebení a poškození kamenů

### Vizuální a fyzická kontrola

Pravidelně kontrolujte kameny vizuálně a jemným poklepáváním na ně. Naslouchejte a vnímejte příznaky poškození nebo znehodnocení.

### Známky potřebné výměny:

1. Kameny, které jsou odštípnuté nebo rozbité na kousky.
2. Výrazné změny barvy kamenů z tmavé na šedou, bílou, zelenou, černou nebo jinou neobvyklou barvu. Obvykle se to týká nejvýše položených kamenů a je to důsledek hromadění minerálních zbytků v důsledku produkce páry.
3. Kameny, které se při kontaktu s jiným kamenem snadno rozbijí nebo odštípnou.
4. Kameny, které při nárazu znějí dutě nebo jsou křehké.

*Zde uvedené informace slouží jako obecné pokyny. Komplexní pokyny a podrobné informace o používání naleznete v pokynech a návodech k použití od výrobce.*



# Pochopení termální úpravy dřeva

Ve společnosti Hanscraft je náš přístup k vytváření odolného, vysoce kvalitního dřeva pro naše sauny založen na vědeckém výzkumu a technologickém pokroku.

Proces tepelné úpravy odstraňuje nebo mění významnou část přírodních živin v dřevě a vyvolává několik změn v jeho chemickém a strukturálním složení. Tepelně upravené dřevo obsahuje mnohem méně hemicelulózy než neupravené dřevo. Při vysokých teplotách se některé pryskyřice a cukry vyvařují, čímž se odstraňují živiny a zbývající složky se mění na méně hodnotné energetické zdroje pro živé organismy, jako jsou škůdci a houby. Významně nižší obsah hemicelulózy znamená mnohem menší přitažlivost pro přirozené rozkladače dřeva. To nejen zvyšuje odolnost dřeva proti hnilobě, ale také minimalizuje jeho přirozenou tendenci se zkroutit, smršťovat, expandovat nebo praskat za různých podmínek. Výsledkem tohoto sofistikovaného procesu je lehký, snadno manipulovatelný produkt, který vykazuje minimální tepelnou expanzi a vynikající odolnost proti hnilobě.

Chemické a strukturální vylepšení způsobená tepelnou úpravou zvyšují životnost dřevěných materiálů bez použití toxických chemikálií.

To činí dřevo unikátně vhodné pro použití v saunách, čímž se zajišťuje dlouhověkost a strukturální integrita i při vystavení náročným povětrnostním podmínkám.



EKOLOGICKY  
ŠETRNÝ/BEZCHEMICKÝ  
PROCES



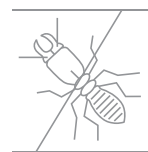
TEPELNĚ  
MODIFIKOVANÉ  
DŘEVO



TŘÍDA 1



ODOLNOST



ODOLNÝ VŮČI  
TERMITŮM

# Zacházení s vlhkostí a vlhkými podmínkami ve vaší sauně

## Vystavení vlhkosti

Je přirozené, že suky, praskliny nebo mezery ve dřevě mohou umožnit vniknutí vlhkosti, zejména při silných deštích. Je však důležité si uvědomit, že tato vlhkost nemá vliv na funkčnost nebo životnost sauny.

## Péče po dešti

Po silných deštích je nutné saunu důkladně vysušit a vyvětrat. Pokud se dešťová voda nahromadí uvnitř sauny a neřeší se to, může to vést k růstu plísní na povrchu.

Takovýto růst hub je povrchový a neovlivňuje dřevo, ale měl by být neprodleně odstraněn otřením nebo seškrábáním postižené oblasti.

Pokud vnější část dřeva vlivem vlhkosti ztmavne, lze původní barvu obnovit pouhým přebroušením povrchu díky rovnoměrné hnědé hloubce tepelně ošetřeného dřeva.

## Může voda poškodit saunu?

Funkčnost vaší sauny zůstává nezasažena vlhkostí. Pravidelná údržba a vhodné ochranné ošetření zajistí, že vaše sauna bude i nadále poskytovat optimální výkon bez ohledu na povětrnostní podmínky.

## Doporučená ochranná opatření

Chcete-li zachovat estetickou kvalitu své sauny a zabránit změnám barvy nebo otřepům povrchu, doporučujeme prodloužit životnost výrobků tím, že budete dřevo dobře chránit. Pravidelná aplikace vysoce kvalitních ochranných olejů nebo mořidel zajistí spolehlivou ochranu proti povětrnostním vlivům a zajistí, že vaše sauna zůstane krásná a funkční po mnoho let.

## Informace o záruce

Upozorňujeme, že společnost Hanscraft poskytuje na výrobek dvouletou záruku pro prvního kupujícího. Tato záruka se vztahuje na konstrukční a funkční vady, včetně zlomených prken a problémů s dvířky. Vztahuje se i na případnou výstavbu, výrobní vady a vady materiálu, jakož i hnilobu a počínající hnilobu vnějšího povrchu výrobku, které by jej učinily nepoužitelným.

Upozorňujeme však, že tato záruka se nevztahuje na výskyt vlhkosti způsobené deštěm, protože ta nezhoršuje výkon nebo životnost výrobku.

Kromě toho běžná povrchová plíseň nebo změna barvy, která se může objevit při delším kontaktu výrobku s vlhkostí, nemá vliv na jeho kvalitu, konstrukční celistvost výrobku, a proto se na ně tato záruka nevztahuje.

## Soulad s předpisy pro používání a zárukou výrobce

Dodržování těchto pokynů pro používání a údržbu je rozhodující pro platnost dvouleté záruky. Nedodržení těchto pokynů může vést ke ztrátě záruky a předčasnému poškození sauny. Dodržováním těchto podrobných pokynů zlepšíte svůj zážitek ze saunování, zajistíte svou bezpečnost a zachováte kvalitu a dlouhou životnost sauny Hanscraft. Užijte si teplo a pohodu, které vám sauna přináší do života!

