

# Clearlight®



## Tipps für die Wartung & Pflege

CLEARLIGHT INFRAROTKABINEN



# Willkommen

Das Team von Clearlight Infrarotkabinen präsentiert Ihnen voller Stolz diesen kurzen Guide zur Pflege, Reinigung und Wartung Ihrer Infrarotkabine. Wir hoffen, wir können Ihnen ein paar hilfreiche und praktische Informationen mit auf den Weg geben.



CLEARLIGHT SAUNAS  
INTERNATIONAL TEAM

Eine Investition in eine Infrarotkabine ist auch immer eine Investition in Ihre Gesundheit.

Genauso wie Sie Ihren Körper pflegen, damit es ihm gut geht, sollten Sie sich auch um Ihre Infrarotkabine kümmern, damit sie in einem Top-Zustand bleibt.

Mit der richtigen Pflege können Sie Ihre Infrarotkabine über viele Jahre hinweg nutzen und ihre gesundheitlichen Vorteile voll ausschöpfen.

In diesem Guide finden Sie deshalb Tipps zur Wartung, Reinigung und Pflege, damit Ihre Infrarotkabine immer einwandfrei funktioniert.

# Inhaltsverzeichnis

01   Pflege	02
02   Reinigung	05
03   Wartungstipps	08
04   Hygienemaßnahmen	10
05   FAQs	12
06   Quellen	18
07   Kontakt	19



Ziehen Sie den größtmöglichen Nutzen aus Ihrer Infrarotkabine

Mit der richtigen Pflege und Aufmerksamkeit sorgen Sie dafür, dass Ihre Clearlight® Infrarotkabine auch über viele Jahre hinweg Höchstleistung bringt. Wenn Sie heute schon an morgen denken und kleine Gewohnheiten etablieren, erleichtern Sie sich nicht nur die Reinigung, sondern beugen auch möglichen zukünftigen Problemen vor. Die richtige Saunapflege kann schnell erlernt werden und liefert langanhaltende Ergebnisse.

---

## **Duschen Sie vor dem Saunagang**

Feuchtigkeit, Schmutz und Staub gelangen nur über unseren Körper in die Infrarotkabine. Daher können Sie Ihre Kabine sauber halten, indem Sie sich vor jedem Saunagang kurz abduschen und abtrocknen. Wenn Sie sich vor Betreten der Kabine nicht abduschen können, sollten Sie nach dem Saunagang jeglichen Schmutz sorgfältig entfernen, den Sie eventuell in die Kabine getragen haben.

## **Benutzen Sie ein Handtuch**

Während des Saunagangs sollten Sie ein Handtuch verwenden, das Sie auf der Sitzbank und unter Ihren Füßen platzieren. Dies sorgt nicht nur für mehr Komfort, sondern verhindert auch, dass sich auf dem Holz Flecken durch Schweiß, Körperöle, Schmutz oder abgestorbene Hautzellen bilden. Obwohl diese Flecken die Leistungsfähigkeit Ihrer Infrarotkabine in keiner Weise beeinträchtigen, beeinträchtigen diese eventuell die Ästhetik der Kabine.

## **Setzen Sie auf Natürlichkeit**

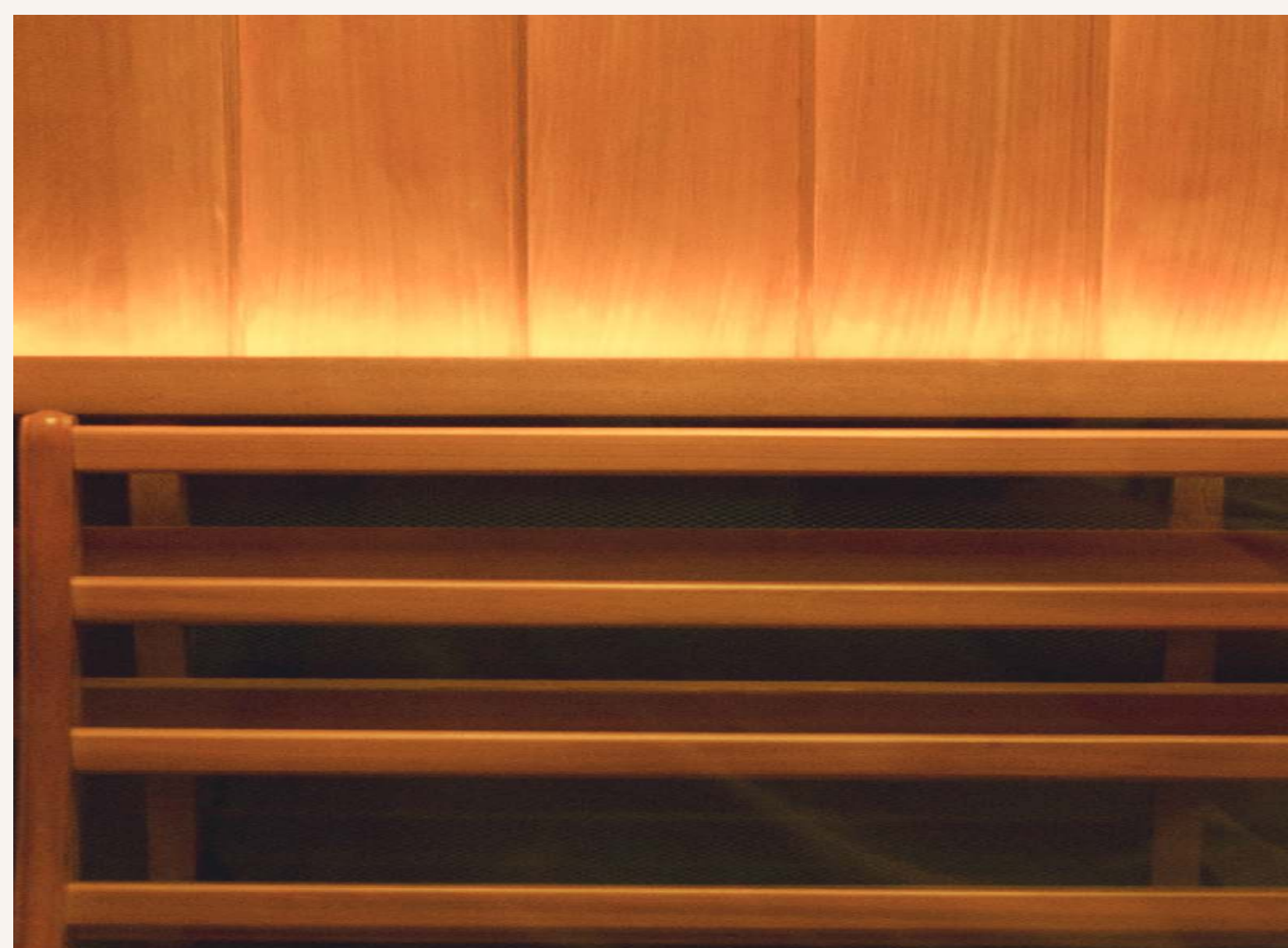
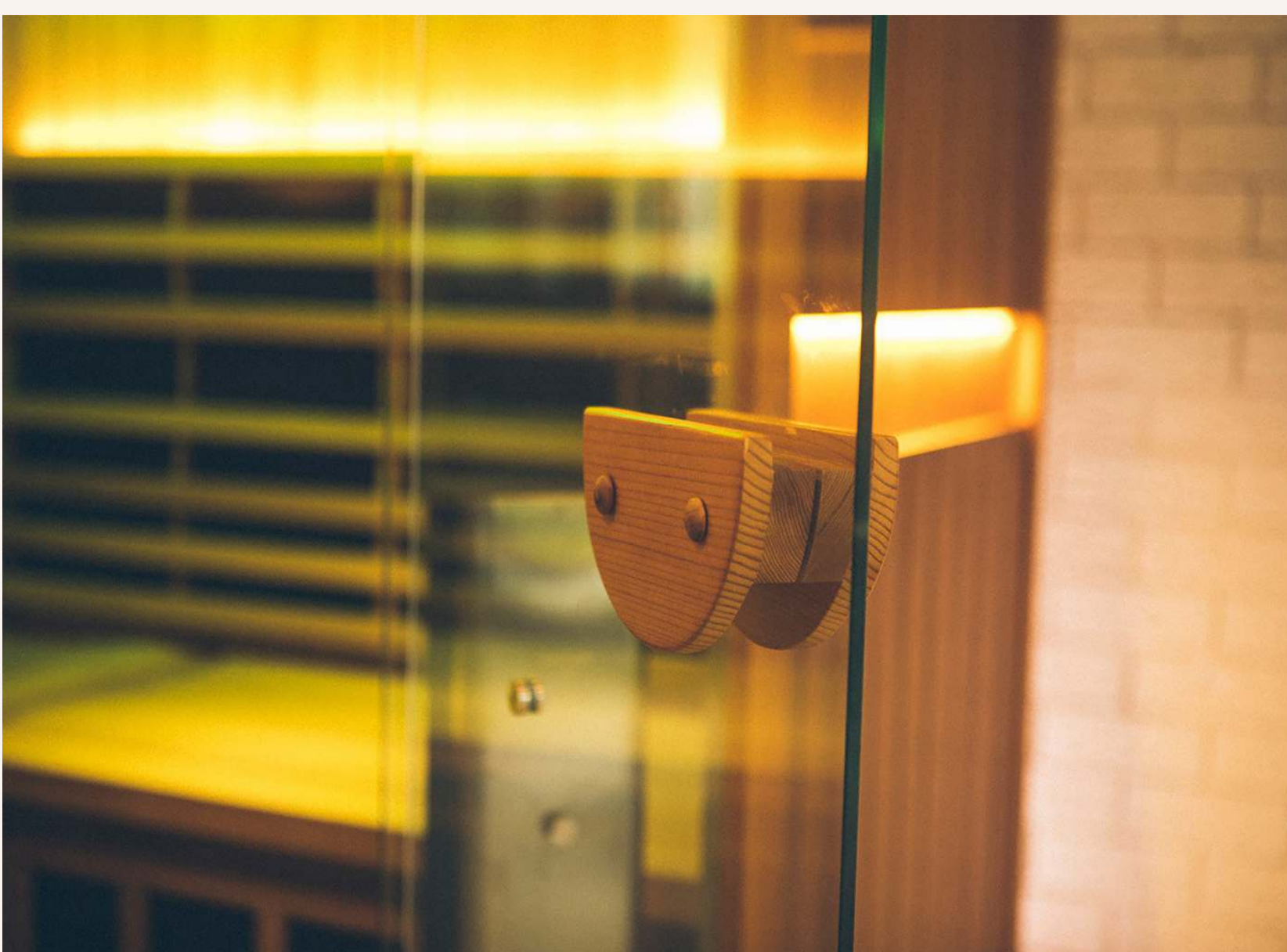
Auch wenn Sie sich noch so sehr wünschen, dass Ihre Infrarotkabine zu Ihrer Einrichtung passt, sollten Sie diese niemals lackieren oder streichen.

## **Halten Sie Ihre Infrarotkabine trocken**

Betreten Sie Ihre Infrarotkabine immer so trocken wie möglich. Nach dem Saunagang wischen Sie überschüssige Feuchtigkeit oder eventuelle Schweißreste einfach mit einem Handtuch weg. Am besten öffnen Sie die Tür und die Dachluke (nur bei Indoor Kabinen) nach Ihrem Saunagang und lassen Sie diese noch ein paar Minuten weiterlaufen lassen, sodass die übrige Feuchtigkeit verdunsten kann und die Kabine gelüftet wird.

## **Übertreiben Sie es nicht**

Saunapflege ist eine schnelle und einfache Angelegenheit. Also machen Sie sich keine Sorgen, dass Sie viel Zeit mit Putzen verbringen werden. Wenn Sie die oben genannten Tipps zur Gewohnheit machen, können Sie den Arbeitsaufwand minimieren. Dann benötigen Sie ein paar , eine Handbürste, Wasser und ab und an einen Saunareiniger.





## Temperatur und Anwendung

Unsere Infrarot-Heizkörper erzeugen die idealen Wellenlängen für eine 20- bis 45-minütige Infrarottherapie zwischen 42°C und 55°C.

Ein 45-minütiger Saunagang bei 45°C bis 55°C ist das ultimative Ziel, auf das Sie hinarbeiten können, um den maximalen Nutzen aus jeder Anwendung zu ziehen – idealerweise dreimal pro Woche. Wie lange und wie oft Sie die Infrarotkabine letztendlich nutzen, richtet sich aber ganz nach Ihrer eigenen Gesundheit und Ihren persönlichen Vorlieben. Wenn Sie sich von Experten aus dem Gesundheitswesen beraten lassen, befolgen Sie deren Empfehlungen und hören Sie auf Ihren Körper.

Der optimale Temperaturbereich unserer Infrarotkabinen liegt deutlich niedriger als bei altmodischen Keramik-Infrarotkabinen oder Dampfsaunen. Unsere Infrarotkabinen sind nicht darauf ausgelegt, bei Maximaltemperatur betrieben zu werden. Damit das Infrarot jedoch zu jeder Zeit wirken kann, sollten die Heizkörper dennoch auf die maximale Temperatur eingestellt werden. Denn so arbeitet die Kabine immer auf diese Temperatur hin und läuft ununterbrochen. Wenn sie auf eine niedrigere Temperatur eingestellt ist, schaltet sie sich hingegen ab, wenn sie diese Temperatur erreicht hat.

Die Aufheizzeit Ihrer Sauna ist immer von der Raumtemperatur abhängig, in der sich die Sauna befindet und auch von der Größe und dem Modell Ihrer Sauna. Bitte beachten Sie auch die Jahreszeit, da kälteres Wetter die Aufwärmzeit beeinflusst. Wenn Sie möchten, können Sie Ihre Infrarotkabine bereits nach 15 Minuten benutzen, da die Heizkörper bereits dann die therapeutisch wirksamen Infrarotwellen ausstrahlen.

Die Umgebungstemperatur in der Infrarotkabine ist im Gegensatz zu der in Dampfsaunen kein Maß für die Wirksamkeit. Die Vorteile ergeben sich daraus, dass die Infrarot-Heizkörper direkt auf den Körper gerichtet sind und aus der Tatsache, dass der Körper den Infrarot-Wellenlängen über einen längeren Zeitraum ausgesetzt ist. Daher ist es besser, die Infrarotkabine für längere Saunagänge bei niedrigeren Temperaturen zu nutzen, als kürzere, heißere Saunagänge durchzuführen. Wenn Sie es heißer mögen, können Sie eine längere Vorwärmzeit wählen. Dies ist an sich aber nicht notwendig, da das Infrarot die treibende Kraft für die Schweißbildung ist. Es ist nicht die heiße Luft, die Sie zum Schwitzen bringt, sondern die von den Heizgeräten ausgestrahlten Infrarot-Wellenlängen.

Wir empfehlen, dass Sie nach dem Saunagang eine lauwarme Dusche nehmen und viel Wasser trinken.



# 02

## Reinigung

Wenn Sie sich gewissenhaft um Ihre Infrarotkabine kümmern, bleibt sie Ihnen lange erhalten und Sie können ihre gesundheitlichen Vorteile über Jahre hinweg genießen. Die folgenden Reinigungstipps helfen Ihnen dabei.

Da Clearlight® Infrarotkabinen trockene Hitze produzieren, brauchen Sie nur sehr wenig Zeit für die Reinigung aufbringen. Um eine optimale Sauberkeit zu gewährleisten, sollten Sie den Innenbereich nach jeder Anwendung mit einem leicht angefeuchteten Tuch abwischen und alle drei bis fünf Anwendungen mit einer Handbürste sanft abbürsten.

Für eine gründlichere Reinigung können Sie einen schonenden Saunareiniger ohne Chemie verwenden oder selbst herstellen (siehe unten). Achten Sie darauf, scheuernde Reinigungsmittel zu vermeiden, auch wenn Sie aus natürlichen Inhaltsstoffen wie Zitrus bestehen. Sie können Ihre eigene Reinigungslösung herstellen, indem Sie ein paar Tropfen eines qualitativ hochwertigen ätherischen Öls in Wasser geben oder, für eine Tiefenreinigung, einen Esslöffel Backpulver in 3,5 Litern Wasser lösen und damit den Innenbereich Ihrer Infrarotkabine abwischen.

Grundsätzlich ist es in Ordnung, ungefiltertes Wasser für die Reinigung zu verwenden, allerdings können sich dadurch Ablagerungen von Mineralien bilden. Die Verwendung von gefiltertem bzw. destilliertem Wasser spart Ihnen auf lange Sicht Zeit und Mühe.





## **Die Sitzbank**

Die Sitzbank ist der Bereich, der während des Saunagangs am stärksten beansprucht wird. Deshalb müssen Sie hier ganz besonders auf eine gründliche Reinigung achten. Sie können die Bank nach jedem Saunagang mit einem feuchten Tuch abwischen und alle drei bis fünf Anwendungen mit einer Handbürste sanft abbürsten.

Mit der Zeit können Schweißflecken auftreten. Das ist normal und kein Grund zur Sorge. Sie können diese ganz einfach entfernen, indem Sie die entsprechenden Flächen mit einem sehr feinen Schmirgelpapier in Richtung der Holzmaserung abschleifen.

## **Der Fußboden**

Neben der Sitzbank wird der Fußboden Ihrer Infrarotkabine am meisten beansprucht. Dort können sich schnell Schmutz und Bakterien ansammeln.

Befreien Sie Ihre Infrarotkabine alle paar Wochen mit einem Staubsauger von Staub und Schmutz, der sich eventuell im Laufe der Nutzung angesammelt hat. Darüber hinaus ist es sinnvoll, den Kabinenboden von Zeit zu Zeit mit einem Wischmopp und einem Saunareiniger etwas gründlicher zu säubern.

## **Die Seitenwände**

Die Innenwände Ihrer Infrarotkabine können mit den oben erwähnten Saunareinigern gesäubert werden. Das Holz der Außenwände können Sie mit einem feuchten Tuch, einem Staubwedel oder einer Möbelpolitur reinigen.

Kabinen für den Außenbereich haben einen höheren Wartungsaufwand. Eine regelmäßige Reinigung mit einer weichen Bürste und warmem Wasser hilft hier dabei, dass die Außenwände auch langfristig makellos aussehen.

## **Die Glasscheiben**

Zum Reinigen der Glasscheiben und Türen Ihrer Infrarotkabine können Sie jeden natürlichen und nicht scheuernden Glasreiniger Ihrer Wahl mit einem sauberen, trockenen, weichen Tuch (z.B. Mikrofaser) verwenden.





## Die Heizkörper

Unsere Clearlight® Infrarotkabinen produzieren auf natürliche Weise negative Ionen, welche die Luft mithilfe der Keramikkomponente des True Wave™ Heizkörpers reinigen.

Dennoch kann es vorkommen, dass Ihr Heizkörper gelegentlich abgewischt werden muss.

Verwenden Sie einfach einen Schwamm und Ihren Saunareiniger, um Schmutz, Fingerabdrücke oder andere Ablagerungen abzuwischen, die sich im Laufe der Zeit angesammelt haben. Achten Sie dabei darauf, dass der Heizkörper vor der Reinigung abgekühlt und die Infrarotkabine ausgeschaltet ist, um Verbrennungen zu vermeiden.

## Hinweis

Sollten Sie unsere Halotherapie / Salztherapie in Ihrer Sauna nutzen, achten Sie bitte drauf nach jeder Nutzung die Oberflächen Ihre Kabine mit einem feuchten Tuch abzuwischen.



Warum die Wartung Ihrer Infrarotkabine so wichtig ist

Am besten pflegen Sie Ihre Infrarotkabine, indem Sie sie reinigen und regelmäßig warten, genauso wie Sie es mit einem Auto tun würden. Damit stellen Sie sicher, dass Ihre Infrarotkabine nicht nur viele Jahre lang gut läuft, sondern auch langfristig schön aussieht.



## Wie pflegt man eine Sauna?

Leigh von unserem Clearlight-Team führt Sie durch einige wichtige Wartungstipps.



**JETZT VIDEO ANSCHAUEN**

### Abschleifen Ihrer Infrarotkabine

Um das Aussehen Ihrer Infrarotkabine aufzupolieren und den herrlichen Zedernduft wieder zu genießen, können Sie den Innenbereich von Zeit zu Zeit mit einem Schmirgelpapier der Körnung 150 sanft abschleifen.

Wenn Sie den Innenbereich Ihrer Infrarotkabine mit einem Schutzlack versehen möchten, lesen Sie bitte die Informationen zum Thema Lacke im Abschnitt "Hygiene".

### Wartung der Scharniere (nur bei Sanctuary-Modellen)

Die Scharniere Ihrer Infrarotkabine sollten regelmäßig gewartet werden, um sicherzustellen, dass diese fest am Glas sitzen und die Tür auf Dauer halten können.

Sollten die Scharniere nicht regelmäßig gewartet werden, kann sich die Tür im Laufe der Zeit absenken. Es kann dann dazu führen, dass sich die Tür nicht mehr richtig schließen lässt oder sie an der Türschwelle schleift und es zu Schäden an der Tür und an den Scharnieren kommt.

Optimal wäre, wenn Sie die Scharniere bereits eine Woche nach Ihrem ersten Saunagang überprüfen, um zu schauen, ob diese sich aufgrund der Temperaturveränderungen nach der Montage gelockert haben.

Wir empfehlen, die Scharniere danach alle sechs bis acht Wochen (je nach Nutzung) zu überprüfen.



## So ziehen Sie die Scharniere fest

### Sie brauchen:

4mm Innensechskantschlüssel oder Drehmomentschlüssel eingestellt auf 7,5 Nm und 2,5 mm Innensechskantschlüssel

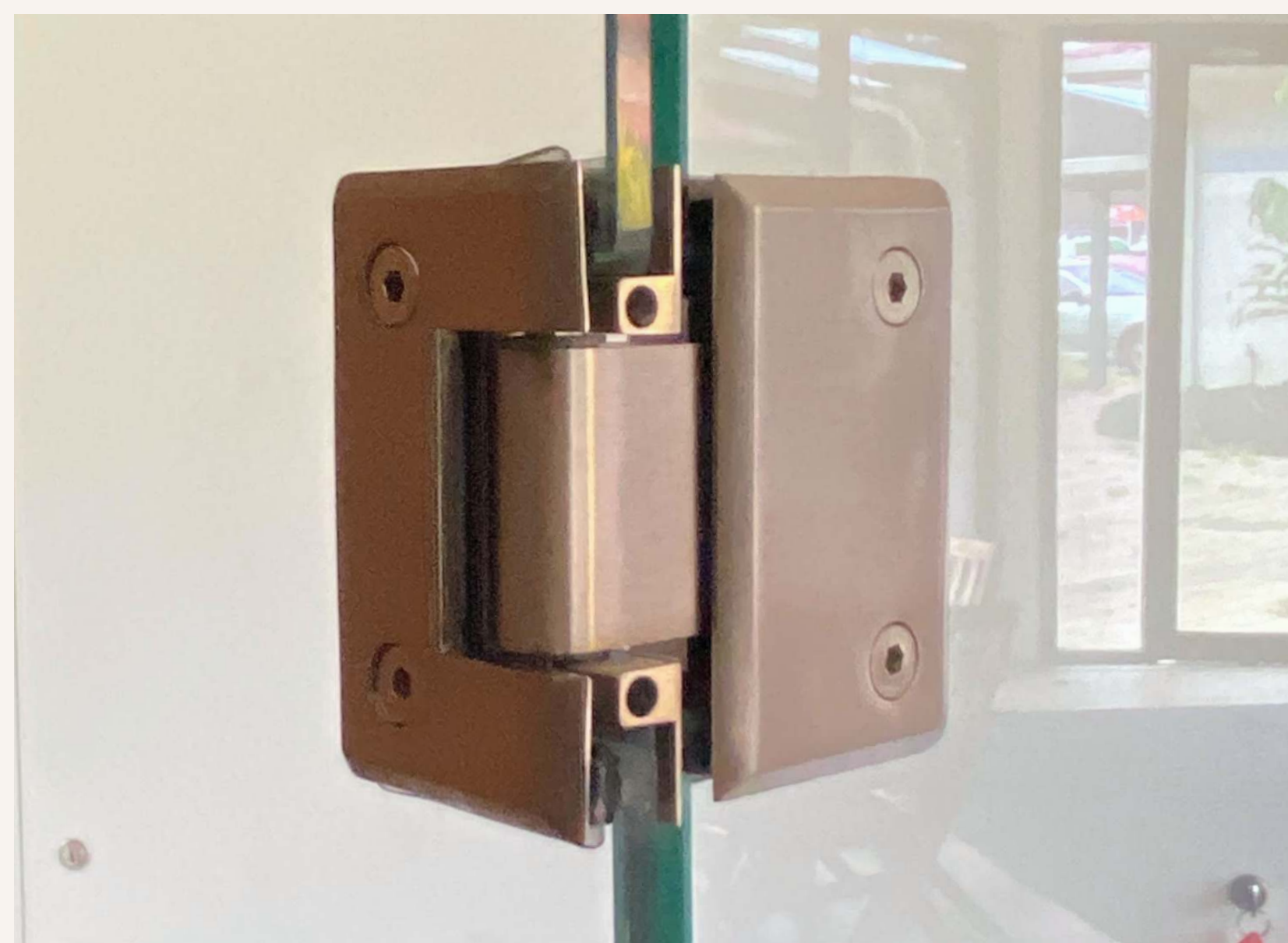
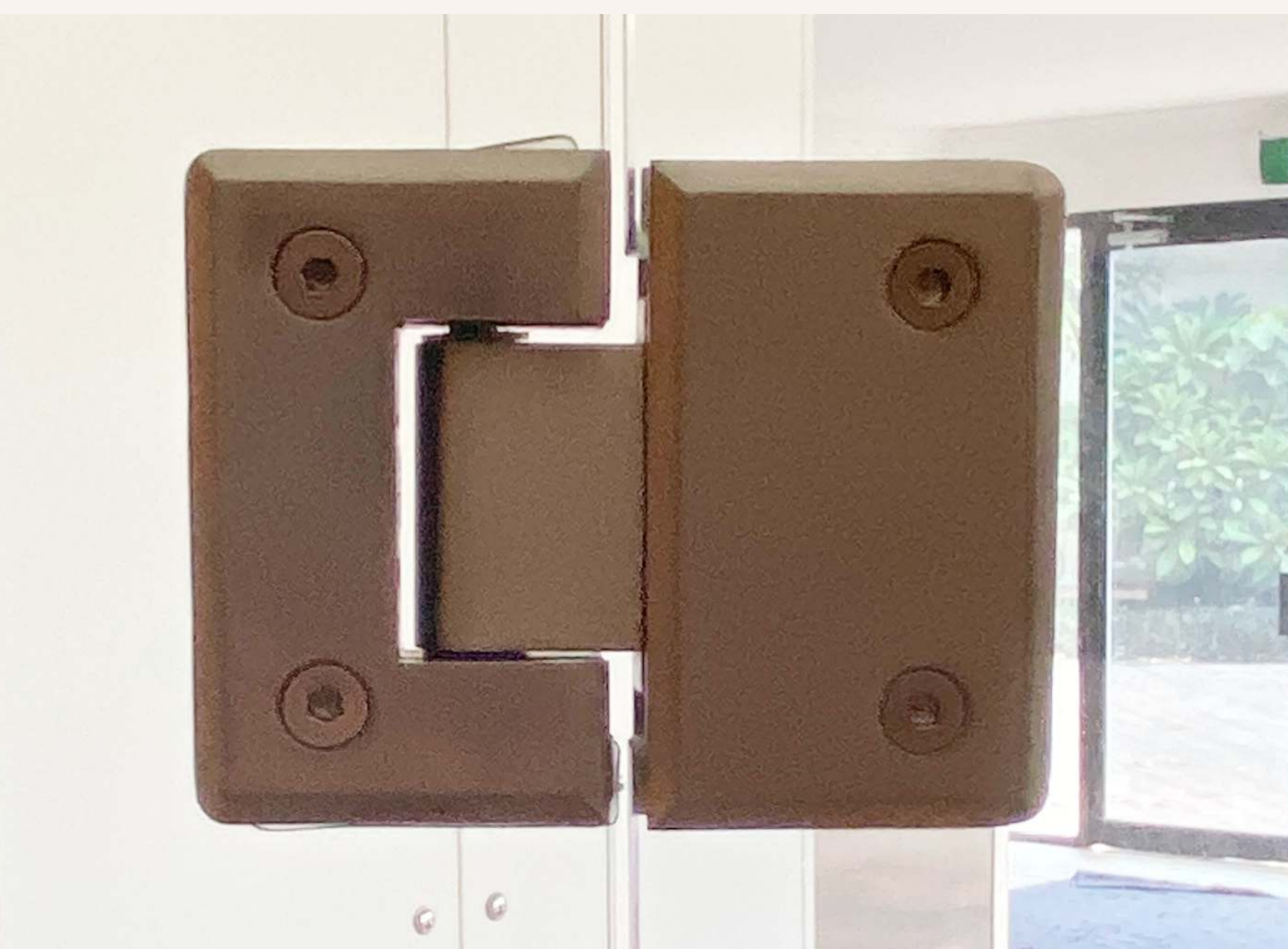
Das Scharnier sollte so positioniert werden, dass das C-förmige Scharnierteil bündig mit der Kante der Glasscheibe abschließt.

Jedes Scharnier ist mit vier oder sechs (je nach Modell) Sechskantschrauben befestigt, die überprüft und nachgezogen werden sollten.

Vier dieser Schrauben befinden sich auf der Innenseite Ihrer Infrarotkabine. Stellen Sie Ihren Drehmomentschlüssel auf 7,5 Nm ein und ziehen Sie damit die vier Schrauben so lange fest bis Sie das typische Klickgeräusch hören.

Die anderen beiden Sechskantschrauben befinden sich jeweils über und unter dem Gelenk des Scharniers und sind nur bei geöffneter Tür einsehbar. Diese Schrauben können mit einem Innensechskantschlüssel manuell nachgezogen werden.

Wenn Sie ein Knacken beim Öffnen der Tür hören, wird dies durch den Scharnierstift ausgelöst, der im Gelenk des Scharniers einrastet. Ziehen Sie die beiden Schrauben über und unter dem Gelenk mit einem 2,5 mm Innensechskantschlüssel fest, damit das Knacken verschwindet.





# 04

# Hygienemaßnahmen

## Vorbeugende Maßnahmen gegen Bakterien und Viren

Als Wellness-Unternehmen liegt uns Ihre Gesundheit am Herzen. Im Folgenden finden Sie daher einige Informationen und Empfehlungen, durch die wir eventuelle Bedenken hinsichtlich Bakterien oder Viren im Zusammenhang mit der Nutzung Ihrer Infrarotkabine ausräumen möchten.

---

### **Immer nur eine Person auf einmal**

Um die Verbreitung von Viren einzudämmen, empfehlen wir, die Infrarotkabine immer allein zu benutzen. Dadurch wird das Risiko einer Übertragung von Viren und Bakterien zwischen Freunden oder Familienmitgliedern verringert.

### **Auch nach Gebrauch nochmal heizen**

Wir raten dazu, dass Sie Ihre Infrarotkabine nach dem Gebrauch für mindestens 15 Minuten auf die Maximaltemperatur von 60°C aufheizen.

Wir richten uns dabei nach den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO):

“Bei Temperaturen von 56°C werden etwa 10.000 Einheiten des SARS-Coronavirus innerhalb von 15 Minuten abgetötet (schnelle Reduktion).“

Die Durchschnittstemperatur unserer Infrarotkabinen liegt zwischen 45°C und 60°C. Aus den Informationen der WHO geht also hervor, dass das SARS-Coronavirus in unseren Clearlight® Infrarotkabinen unter normalen Bedingungen nicht überleben kann.



## Öko-Lacke und Desinfektionsmittel

Grundsätzlich empfehlen wir, den Innenraum Ihrer Infrarotkabine nicht zu lackieren oder zu ölen. Wir haben uns jedoch mit der Möglichkeit beschäftigt, einen ungiftigen Öko-Lack zu verwenden, der für die Saunanutzung geeignet ist.

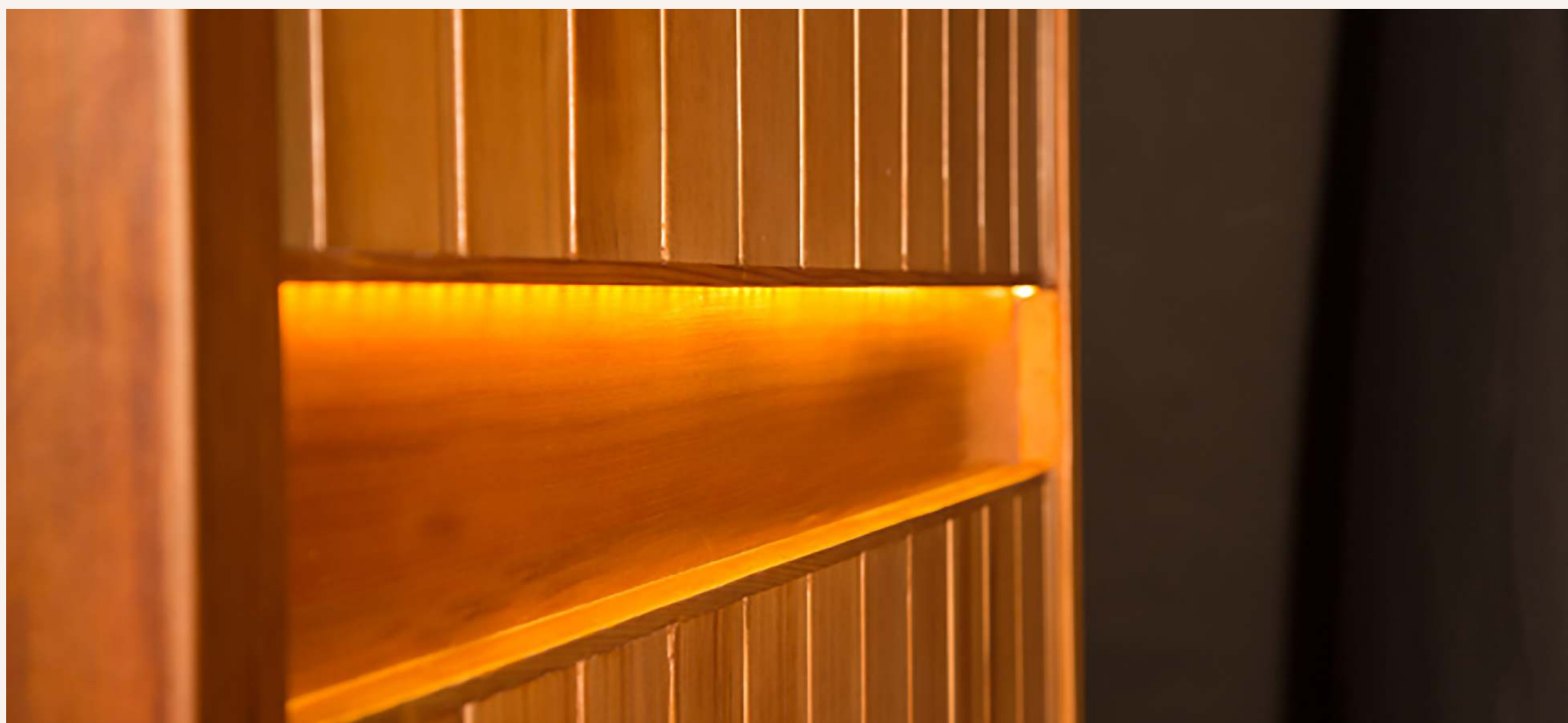
Die meisten Lacke enthalten Chemikalien und VOCs, die bei steigenden Temperaturen als Gas freigesetzt werden. Auf diese Weise gelangen die schädlichen Giftstoffe in die Raumluft der Kabine.

Mit dem ungiftigen Öko-Lack von Clearlight können Sie den Innenbereich Ihrer Infrarotkabine stellenweise oder auch komplett streichen und so Ihre eigene Sicherheit bzw. die Ihrer Familie und Freunde gewährleisten.

Wenn der Lack einmal aufgetragen wurde und getrocknet ist, lässt sich die Infrarotkabine viel einfacher reinigen, da das Holz versiegelt ist.

Sie können ein mildes Desinfektionsmittel benutzen, um die Kabine vollständig von innen zu desinfizieren.

Kontaktieren Sie uns gern, um mehr über Optionen für Öko-Lacke in Ihrem Land zu erfahren.





## Häufig gestellte Fragen

### 1/ Was deckt meine Garantie ab?

Sie erhalten Ihre Clearlight® Infrarotkabine mit der exklusiven lebenslangen Clearlight®-Garantie für den Heimbetrieb.

Nur wenige andere Unternehmen können eine solche Garantie anbieten, da niemand Infrarotkabinen wie Clearlight baut.

Unsere True Wave™ Infrarot-Heizkörper haben eine geschätzte Lebensdauer von 30.000 Stunden.

Wenn Sie Ihre Infrarotkabine fünfmal pro Woche nutzen, würden unsere True Wave-Heizkörper bis zu 125 Jahre lang halten.

Das Holz unserer Infrarotkabinen wird ohne künstliche Begasung sowohl ofen- als auch luftgetrocknet, bis der Feuchtigkeitsgehalt bei nur noch 7% liegt. Anschließend wird jede Holzplatte gepresst, damit sie verzugs- und rissfrei bleibt.

Wir stellen hohe Anforderungen an die Fertigung aller elektrischen Komponenten Ihrer Clearlight® Infrarotkabine. Sobald Ihre Infrarotkabine unser Werk verlässt, wird sie aufgebaut und getestet, um sicherzustellen, dass sie in einwandfreiem Zustand ist.

Nicht von der lebenslangen Garantie abgedeckt werden: lockere Scharniere und/oder Türhalterungen, abgefallene Holzlatten und kleine Haarrisse im Holz.

Sollte es wider Erwarten ein Problem mit Ihrer Infrarotkabine geben und Sie möchten Leistungen in Anspruch nehmen, die unter Ihre Garantie fallen, wenden Sie sich bitte an unseren engagierten Kundenservice.

## 2/ Welche Erweiterungen gibt es für meine Infrarotkabine?

Für mehr Informationen zu den unten aufgeführten Erweiterungen können Sie sich jederzeit an uns wenden.

### Ergonomische Rückenlehne

Die bewegliche Rückenlehne stützt den Rücken, ermöglicht ein gesundes Sitzen und sorgt für mehr Komfort.



### Mini-Vollspektrumstrahler

Mit unserem 300 W Vollspektrum-Strahler profitieren Sie von den Vorteilen des gesamten Infrarotspektrums – für ein Saunaerlebnis der Extraklasse.



### Rotlichttherapie

Erweitern Sie Ihre Infrarotkabine um unsere Rotlichttherapie und machen Sie sich die Wirkung der Photobiomodulation zu Nutze.

### Intensive Farblichttherapie

Gute Laune, mehr Energie und eine optimale Zellaktivität sind nur einige der therapeutischen Vorteile dieser farbigen Wellenlängen.



### HALOONE™ Salztherapie

Durch die Inhalation von Mikrosalzpartikeln stärken Sie Ihre Atemwege.



### Vibrations-Resonanz-Therapie (VRT)

Eine Kombination aus Schall und Vibration, die zu einem noch tieferen Gefühl der Entspannung führt. \*VRT ist nicht kompatibel mit: Outdoor 5, Sanctuary Yoga / Retreat, Premier 5 und allen Essential-Modellen.





### 3/ Kann ich alle Erweiterungen gleichzeitig benutzen?

Nein, nicht alle Erweiterungen können gleichzeitig benutzt werden.

Die HALOONE™ Salztherapie kann nicht in Verbindung mit der Clearlight® Rotlichttherapie verwendet werden, da die Mikrosalzpartikel sich in den Lüftern des Rotlichttherapie-Geräts absetzen und diese blockieren können.

Da die HALOONE™ Salztherapie feine Salzpartikel in der Sauna verteilt, raten wir Ihnen, alle freiliegenden Metallflächen im Inneren der Sauna proaktiv zu reinigen. Vor allem Scharniere, Schrauben und Magneten sollten nach Benutzung mit einem feuchten Tuch abgewischt und anschließend getrocknet werden. Dies ist unbedingt zu beachten, da es sonst zur Oxidation der Metalloberflächen kommen kann.

Die Clearlight® Rotlichttherapie kann nicht zusammen mit dem Mini-Vollspektrumstrahler verwendet werden, da beide Produkte an der Glastür, d.h. an derselben Stelle, angebracht werden und es nur eine Steckdose gibt.

Sie können die beiden Geräte jederzeit gegeneinander austauschen und so während Ihres Saunagangs entweder die Rotlichttherapie oder den Mini-Vollspektrumstrahler verwenden. Aber Sie können nicht beide Geräte montieren, um sie gleichzeitig zu nutzen.

### 4/ Welche Add-ons sind für die gleichzeitige Nutzung kompatibel?

#### Kombinationsmöglichkeit 1

Intensive Farblichttherapie

Ergonomische Rückenlehne

Aromatherapie

Mini-Vollspektrumstrahler

Vibrations-Resonanz-Therapie

HALOONE™ Salztherapie

#### Kombinationsmöglichkeit 2

Intensive Farblichttherapie

Ergonomische Rückenlehne

Aromatherapie

Rotlichttherapie

Vibrations-Resonanz-Therapie

## **5/ Mein Zusatz - Vollspektrumstrahler an der Tür geht plötzlich nicht mehr. Was kann ich tun?**

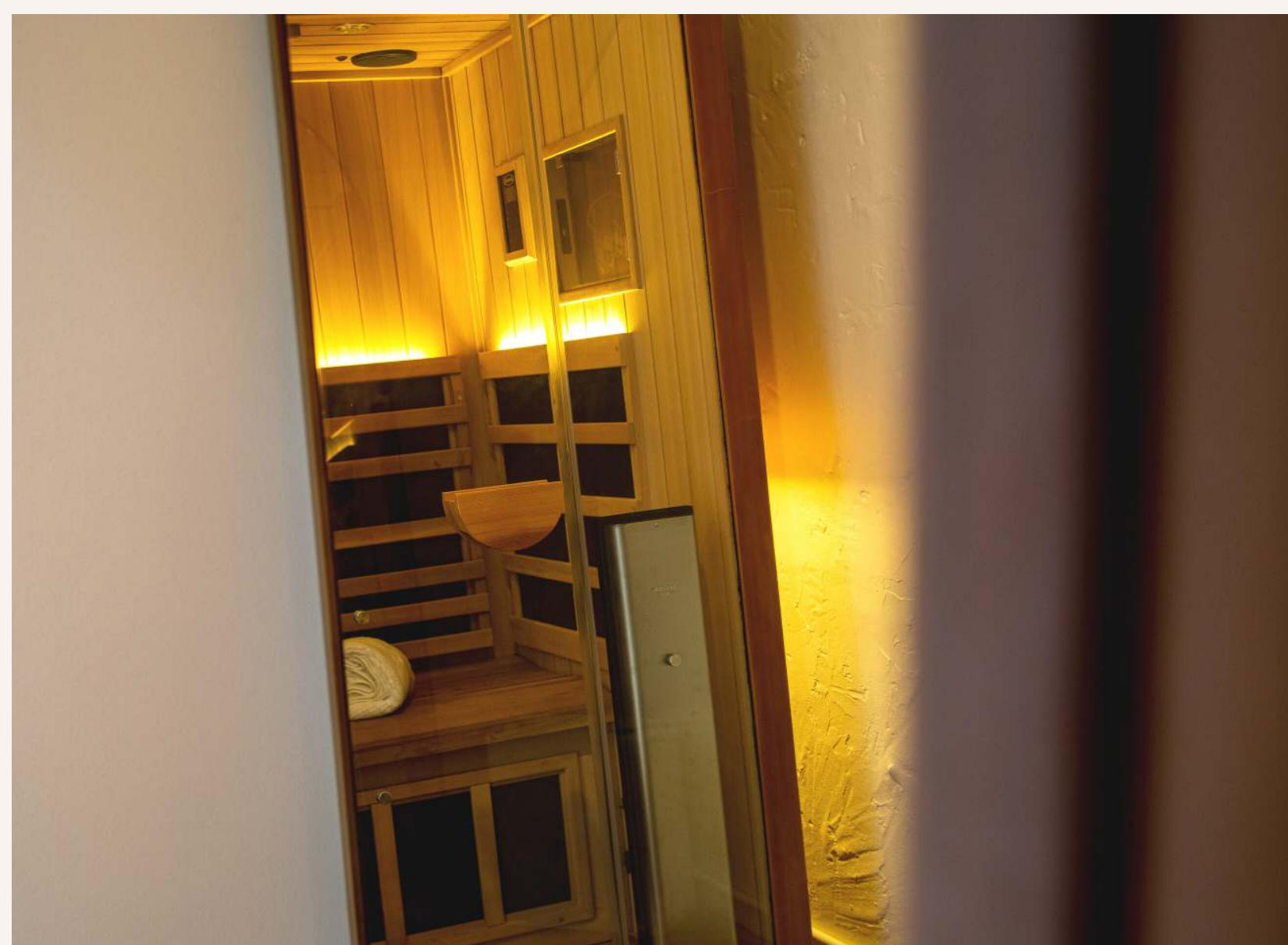
Kann es sein, dass Sie den Hauptstecker Ihrer Sauna gezogen hatten oder dass es einen kurzen Stromausfall in Ihrer Wohnung gab? Beide Optionen verursachen einen Neustart der Sauna. In diesem Falle müsste die Steckdose für den Vollspektrumstrahler erneut aktiviert werden.

### **Aktivierung für alle Sanctuary und Premier Modelle:**

1. Schalten Sie die Sauna ein, indem Sie die Power-Taste auf Ihrer Tastatur drücken.
2. Drücken Sie die Temperaturtaste, damit Ihre Sauna auf Celsius eingestellt ist.
3. Stellen Sie mit den TEMP-Tasten die Sauna auf 60° Celsius ein.
4. Halten Sie die Aux-Taste 5 Sekunden lang gedrückt.

### **Aktivierung für alle Essential Modelle:**

1. Schalten Sie die Sauna ein, indem Sie die Power-Taste drücken.
2. Stellen Sie die Temperatur auf die höchste Einstellung
3. Halten Sie die Innen- & Außenlicht Tasten gleichzeitig für fünf Sekunden lang gedrückt





## **6/ Mein zusätzlicher Vollspektrum Strahler an der Tür funktioniert plötzlich nicht mehr. Was kann ich tun?**

Kann es sein, dass Sie den Netzstecker Ihrer Sauna gezogen haben oder dass es bei Ihnen zu Hause einen kurzen Stromausfall gab? Beide Möglichkeiten führen zu einem Neustart der Sauna. In diesem Fall wurde die Steckdose für den Vollspektrum Strahler deaktiviert und muss dann wieder aktiviert werden.

### **Aktivierung für alle Sanctuary- und Premier-Modelle:**

1. Schalten Sie die Sauna ein, indem Sie die Einschalttaste auf dem Bedienfeld drücken.
2. Drücken Sie die Temperaturtaste, so dass Ihre Sauna auf Celsius eingestellt ist.
3. Verwenden Sie die TEMP-Tasten, um die Sauna auf 60° Celsius einzustellen.
4. Drücken Sie die AUX-Taste und halten Sie sie 5 Sekunden lang gedrückt.
5. Aktivierung für alle Essential-Modelle:

### **Aktivierung für alle Essential-Modelle:**

1. Schalten Sie die Sauna durch Drücken der Power-Taste ein.
2. Stellen Sie die Temperatur auf die höchste Stufe.
3. Halten Sie die Tasten für die Innen- und Außenbeleuchtung gleichzeitig fünf Sekunden lang gedrückt.

## **7/ Dürfen Kinder die Infrarotkabine benutzen?**

Die Anwendung von Infrarot ist für Kinder unbedenklich, jedoch sind Kinder empfindlicher und sollten sich daher nicht so lange und bei niedrigeren Temperaturen in der Infrarotkabine aufhalten.

Natürlich sollten Sie Kinder nie unbeaufsichtigt in der Infrarotkabine lassen.

Achten Sie außerdem darauf, dass sie viel trinken. Am Anfang sollten Sie mit Kindern kürzere Saunagänge von 5-10 Minuten bei 40°C-45°C oder niedrigeren Temperaturen durchführen.

Generell empfehlen wir, dass Kinder unter 6 Jahren die Infrarotkabine nicht benutzen sollten.

Wenn sich die Kinder unwohl fühlen, sorgen Sie dafür, dass sie die Infrarotkabine umgehend verlassen. Für Langzeitanwendungen oder wenn gesundheitliche Probleme vorliegen sollten, wenden Sie sich bitte immer zuerst an Ihren Arzt.

Die Front-Heizkörper der Sanctuary- und Outdoor-Modelle werden während des Saunabetriebs heiß.

Achten Sie darauf, dass die Frontscheibe oder die Heizkörper nicht von Kindern berührt werden, um Verbrennungen der Haut zu vermeiden (Gleiches gilt für zusätzlich erworbene Vollspektrum-Heizkörper in den Essential- und Premier-Modellen).

Bei unseren Sanctuary-, Outdoor- und Premier-Modellen kann das gesamte Keypad gesperrt werden, sodass Kinder die Einstellungen nicht verändern können.

### **Anleitung zum Sperren des Keypads:**

Halten Sie die INSIDE-Taste fünf Sekunden lang gedrückt, um das gesamte Keypad zu sperren.

Wenn Sie die INSIDE-Taste erneut für fünf Sekunden gedrückt halten, wird das Keypad wieder entsperrt.



# 06 Quellen

## **Podcast – The Sauna Show**

The Sauna Show ist unser Podcast rund um die Themen Entgiftung, Gesundheit und Wohlbefinden.

## **Klinische Studien**

Auf unserer Website finden Sie zahlreiche Links zu medizinischen Publikationen über den gesundheitlichen Nutzen von Infrarotstrahlung.

## **Gesundheitliche Vorteile der Infrarotkabinen**

Ebenfalls auf unserer Website finden Sie weitere spannende Informationen zu den gesundheitlichen Vorteilen unserer Infrarotkabinen.



# 07

## Kontakt

### EU

Clearlight Saunas Europe GmbH  
Lehmweg 10b  
20251 Hamburg  
Germany

+49 (0) 4040 110 162

+353 (1) 5719279 (Ireland)

[info@clearlightinfrarotkabinen.de](mailto:info@clearlightinfrarotkabinen.de)  
[www.clearlightinfrarotkabinen.de](http://www.clearlightinfrarotkabinen.de)

[info@clearlightsaunas.eu](mailto:info@clearlightsaunas.eu)  
[www.clearlightsaunas.eu](http://www.clearlightsaunas.eu)

### UK

Clearlight Saunas UK Ltd  
Unit 1, West Links  
Tollgate Business Park  
Chandlers Ford  
Hampshire SO53 3TG  
United Kingdom

+44 (0) 238 202 6522

[info@infraredsauna.co.uk](mailto:info@infraredsauna.co.uk)  
[www.infraredsauna.co.uk](http://www.infraredsauna.co.uk)

### AU & NZ

Clearlight Saunas Australia Pty Ltd  
2/78 Rajah Road  
Ocean Shores  
NSW 2483 Australia

+1800 957 150

[info@infrared-sauna.com.au](mailto:info@infrared-sauna.com.au)  
[www.infrared-sauna.com.au](http://www.infrared-sauna.com.au)

### Follow or tag us at

@Clearlight\_Life

@Clearlight.DACH