

BEDIENUNGSANLEITUNG

KALT-/WARMBAD



www.viskanspa.com

PRODUKTSPEZIFIKATION



Modell: Viskan Nordö

Maximales Fassungsvermögen: 380 L

Empfohlenes Fassungsvermögen: 250 L

Nettogewicht: 12 kg

Abmessungen: 150 × 80 × 65 cm

Luftdruck: 8–10 PSI

LIEFERUMFANG

1 × Luft-Wasser-Wärmepumpe zum Kühlen oder Heizen

1 × Kaltwasserbecken

1 × Abdeckung für das Kaltwasserbecken

1 × manuelle Luftpumpe

1 × Tragetasche

1 × Reparaturset

Nehmen Sie alle Teile aus der Verpackung. Öffnen Sie die Verpackung vorsichtig, um Beschädigungen am Produkt zu vermeiden. Überprüfen Sie nach dem Auspacken, ob die Lieferung vollständig ist und sich alle Teile in einwandfreiem Zustand befinden.

SICHERHEITSHINWEISE

Bei der Installation und Verwendung elektrischer Geräte müssen grundlegende Sicherheitsvorschriften beachtet werden, einschließlich der folgenden:

Verwenden Sie das aufblasbare Kaltwasserbecken nicht, wenn Sie sich unwohl fühlen. Bitten Sie bei Bedarf um Hilfe.

1. Lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch.
2. Sämtliche Verkabelungen und Elektroarbeiten müssen von einer qualifizierten Elektrofachkraft durchgeführt werden.
3. Verwenden Sie ausschließlich eine geerdete Steckdose.
4. Berühren Sie elektrische Geräte niemals mit nassen Händen.
5. Halten Sie elektrische Anschlüsse trocken und von Wasser fern.
6. Stellen Sie sicher, dass alle elektrischen Geräte ordnungsgemäß geerdet sind.
7. Schalten Sie vor Wartungsarbeiten am aufblasbaren Kaltwasserbecken immer die Stromversorgung aus.
8. Verwenden Sie das aufblasbare Kaltwasserbecken nicht, wenn Sie Schäden oder Defekte am Produkt feststellen.
9. Halten Sie Kabel und Anschlüsse von heißen Oberflächen fern.
10. Verwenden Sie das aufblasbare Kaltwasserbecken nicht bei Gewitter.
11. Lassen Sie Kinder das Produkt nicht unbeaufsichtigt benutzen, um das Verletzungsrisiko zu verringern.
12. Um das Verletzungsrisiko zu verringern, darf die Wassertemperatur im Kaltwasserbecken niemals 40 °C überschreiten.
13. Personen mit gesundheitlichen Problemen sollten vor der Nutzung des aufblasbaren Kaltwasserbeckens einen Arzt konsultieren.
14. Alkohol, Drogen oder Medikamente vor oder während der Nutzung können zu Bewusstlosigkeit führen, wodurch Ertrinkungsgefahr besteht.
15. Personen mit Übergewicht, Herzerkrankungen, niedrigem oder hohem Blutdruck, Kreislaufproblemen oder Diabetes sollten vor der Nutzung einen Arzt konsultieren.
16. Personen, die Medikamente einnehmen, sollten vor der Nutzung einen Arzt konsultieren, da einige Medikamente Schläfrigkeit verursachen können und andere den Herzrhythmus, den Blutdruck und die Durchblutung beeinflussen können.
17. Personen mit Infektionen, Wunden oder ähnlichen Beschwerden sollten das Produkt nicht verwenden. Warmes und heißes Wasser kann die Ausbreitung von Bakterien begünstigen, wenn das Wasser nicht ordnungsgemäß desinfiziert wird.
18. Versuchen Sie nicht, das Produkt selbst zu warten oder zu reparieren. Das Entfernen von Abdeckungen oder anderen Teilen kann die Gefahr eines Stromschlags mit sich bringen.
19. Decken Sie das aufblasbare Kaltwasserbecken immer mit der Abdeckung ab, wenn es nicht verwendet wird, um Verunreinigungen und Unfälle zu vermeiden.
20. Halten Sie Haustiere vom aufblasbaren Kaltwasserbecken fern, um Schäden und Unfälle zu vermeiden.
21. Kinder und Personen, die Unterstützung benötigen, müssen sich in der Nähe eines mit Wasser gefüllten Kaltwasserbeckens stets unter Aufsicht befinden. Aufgrund der Ertrinkungsgefahr dürfen sie niemals unbeaufsichtigt bleiben.
22. Wenn Ihnen schwindelig oder benommen wird oder Sie Taubheitsgefühle bzw. Kribbeln in Armen oder Beinen verspüren, verlassen Sie das Kaltwasserbecken sofort und ziehen Sie trockene Kleidung an.
23. Trotz möglicher positiver Wirkungen und Warnhinweise kann ein Kaltwasserbad bei richtiger Anwendung gesundheitliche Vorteile bieten. Beginnen Sie immer mit höchstens wenigen Minuten im kalten Wasser und verlängern Sie die Dauer schrittweise. Steigern Sie die Belastung langsam.
24. Die übermäßige Verwendung von Chemikalien kann ein Gesundheitsrisiko für Badende darstellen und die Ausstattung des aufblasbaren Kaltwasserbeckens beschädigen.
25. Ein längerer Aufenthalt in kaltem Wasser kann zu Unterkühlung führen.

UNTERKÜHLUNG

Die durchschnittliche Körpertemperatur liegt bei etwa 36–37 °C. Eine Unterkühlung (Hypothermie) tritt auf, wenn die Körpertemperatur unter 35 °C fällt. Eine Körpertemperatur von 32 °C oder weniger kann lebensbedrohlich sein. Eine Unterkühlung erfordert sofortige medizinische Hilfe. Wenn Sie bei sich selbst oder bei einer anderen Person Anzeichen einer Unterkühlung feststellen, rufen Sie sofort den Notruf und fordern Sie einen Rettungswagen an.

SYMPTOME EINER UNTERKÜHLUNG

- Schüttelfrost
- Verwaschene oder undeutliche Sprache
- Langsame, flache Atmung
- Schwacher Puls
- Ungeschicklichkeit
- Schläfrigkeit
- Verwirrtheit
- Bewusstlosigkeit
- Gerötete und kalte Haut bei Säuglingen

AUSWIRKUNGEN EINER UNTERKÜHLUNG

- Beeinträchtigte Funktion des Nervensystems
- Atem- und Herzprobleme
- Der Benutzer erkennt möglicherweise nicht, dass er das Kaltwasserbecken verlassen muss
- Verminderte Fähigkeit, Gefahren wahrzunehmen
- Risiko von Schädigungen des ungeborenen Kindes bei Schwangeren
- Körperliche Unfähigkeit, das Kaltwasserbecken zu verlassen
- Bewusstlosigkeit mit Ertrinkungsgefahr

VERWENDEN SIE DAS PRODUKT NICHT, WENN SIE:

- Unter 18 Jahre alt sind
- Schwanger sind
- Bekannte Herz- oder Atemprobleme haben
- Hohen Blutdruck haben
- Diabetes haben
- An Neuropathie leiden
- Netzhautschäden haben
- Einen Herzschrittmacher tragen
- Kälteschäden oder kältebedingte Beschwerden haben oder hatten
- Eine offene Wunde haben
- Kürzlich operiert wurden
- An Epilepsie leiden
- Andere gesundheitliche Probleme haben, die sich durch ein Kaltwasserbad verschlimmern können

BEDIENUNGSANLEITUNG

KALTWASSERBECKEN AUFPUMPEN

1. Schrauben Sie die Abdeckung des Luftventils ab.
2. Prüfen Sie vor dem Aufpumpen, ob der Ventilstift angehoben ist. Falls nicht, drücken Sie den Ventilstift hinein und ziehen Sie ihn nach oben.
3. Schließen Sie den Luftschlauch an den Anschluss auf der Oberseite der Handpumpe an.
4. Stecken Sie den Luftschlauch in das Luftventil und drehen Sie ihn im Uhrzeigersinn, bis er fest sitzt. Beginnen Sie anschließend mit dem Pumpen.
5. Beenden Sie das Pumpen, sobald das Manometer 8-10 PSI anzeigt.
6. Drehen Sie den Luftschlauch gegen den Uhrzeigersinn und entfernen Sie ihn.
7. Setzen Sie die Abdeckung wieder auf das Luftventil.

LUFT AUS DEM KALTWASSERBECKEN ABLASSEN

1. Schrauben Sie die Abdeckung des Luftventils ab.
2. Drücken Sie den Ventilstift nach unten. Die Luft entweicht nun durch das Ventil.
3. Schließen Sie den Luftschlauch an den Anschluss auf der Unterseite der Handpumpe an.
4. Stecken Sie den Luftschlauch in das Luftventil und drehen Sie ihn im Uhrzeigersinn, bis er fest sitzt. Beginnen Sie anschließend mit dem Pumpen.
5. Drehen Sie den Luftschlauch gegen den Uhrzeigersinn und entfernen Sie ihn.
6. Setzen Sie die Abdeckung wieder auf das Luftventil.

KÜHLAGGREGAT ANSCHLIESSEN

1. Setzen Sie den Dichtungsring in den 1/2-Zoll-Adapter ein.
2. Wickeln Sie Teflonband etwa 10-mal im Uhrzeigersinn um beide Gewindeenden des Adapters.
3. Schrauben Sie den 1/2-Zoll-Adapter im Uhrzeigersinn in den Wassereinlass und Wasserauslass des Beckens.
4. Schrauben Sie die schwarze Kupplung in den Adapter, bis sie sich nicht weiter drehen lässt.
5. Stecken Sie ein Ende des Wasserschlauchs in die schwarze Kupplung am Kaltwasserbecken.
6. Verriegeln Sie den Sicherungsclip der Kupplung.
7. Schließen Sie das andere Ende des Wasserschlauchs an das Kühlaggregat an.

ACHTUNG! Schließen Sie den Wassereinlass des Kaltwasserbeckens an den Wasserauslass des Kühlaggregats an. Achten Sie darauf, dass der Schlauchanschluss sehr wichtig ist und die gesamte Verbindung dicht und sicher befestigt sein muss.

Link zur Installations- und Bedienungsanleitung für die Kühl-/Wärmepumpe (auf Englisch):

<https://www.yumpu.com/en/document/view/71262113/ice-bath-chiller-3-manual-eng>



WÄHREND DES BADENS

Die Nutzung eines aufblasbaren Kaltwasserbeckens kann gesundheitliche Vorteile bieten, beispielsweise Entzündungen reduzieren, die Durchblutung verbessern und die Muskelregeneration beschleunigen. Nachfolgend finden Sie eine ausführliche Anleitung zur sicheren und effektiven Nutzung eines Kaltwasserbads.

LANGSAM IN DAS KALTWASSERBECKEN EINSTEIGEN

- Steigen Sie langsam und vorsichtig in das Becken, um ein Ausrutschen zu vermeiden.
- Verwenden Sie einen rutschfesten Hocker oder eine rutschfeste Matte im Becke
- Setzen oder stellen Sie sich bequem hin und tauchen Sie Ihren Körper langsam ins Wasser ein.

LANGSAM AUS DEM KALTWASSERBECKEN AUSSTEIGEN

- Stehen Sie langsam und vorsichtig auf, um Schwindel oder ein Ausrutschen zu vermeiden. Verwenden Sie, falls vorhanden, einen Handlauf.
- Trocknen Sie sich mit einem Handtuch ab und ziehen Sie warme Kleidung an, um den Körper warm zu halten.

AUFWÄRMEN

- Ruhen Sie sich einige Minuten an einem warmen Ort aus, damit Ihre Körpertemperatur wieder den Normalwert erreichen kann.
- Trinken Sie ausreichend Flüssigkeit und führen Sie bei Bedarf leichte Dehnübungen durch.

ZUERST KÜRZER, DANN LÄNGER

- Anfängern wird empfohlen, die Dauer zunächst auf eine Minute zu begrenzen. Erfahrene Nutzer können bis zu 10 Minuten im Wasser bleiben.
- Achten Sie auf die Reaktionen Ihres Körpers. Wenn Sie Unwohlsein, Schwindel oder Schüttelfrost verspüren, verlassen Sie das Becken sofort.



PFLEGE DES KALTWASSERBECKENS

- Vor der ersten Verwendung des Kaltwasserbeckens wird empfohlen, es mit warmem Seifenwasser zu reinigen, abzuspülen und mit einem weichen, sauberen Tuch abzutrocknen.
- Wechseln Sie das Wasser regelmäßig und verwenden Sie geeignete Wasserpflegemittel, um das Wasser sauber zu halten, insbesondere wenn das Kaltwasserbecken von mehreren Personen genutzt wird.
- Reinigen Sie das Kaltwasserbecken und alle Anschlüsse, um Bakterienwachstum und mechanische Probleme zu vermeiden.
- Decken Sie das Kaltwasserbecken mit der Abdeckung ab, wenn es nicht benutzt wird. Dies hilft, Verfärbungen und Schäden zu vermeiden und verhindert, dass Schmutz und Insekten in das Becken gelangen.
- Um die Nutzungsdauer des Wassers zu verlängern, verwenden Sie ausschließlich ein für diesen Zweck geeignetes Desinfektionsmittel gemäß den Herstellerangaben. Dadurch kann das Wasser länger frisch bleiben.
- Wenn keine Desinfektion durchgeführt wurde, sollte das Kaltwasserbecken nicht verwendet werden, nachdem das Wasser eine Woche lang ungenutzt darin gestanden hat.
- Verwenden Sie das Kaltwasserbecken nicht im Freien, wenn die Umgebungstemperatur unter 0 °C liegt, da es dadurch beschädigt werden kann.
- Das Kaltwasserbecken ist empfindlich. Scharfe Gegenstände, hohe Temperaturen und aggressive Flüssigkeiten können es beschädigen. Halten Sie das Kaltwasserbecken von den unten aufgeführten Gegenständen und Bedingungen fern.

VERMEIDEN SIE

- Temperaturen über 70 °C
- Feuer und Wärmequellen
- Starke Reinigungsmittel
- Längere Sonneneinstrahlung
- Unebene und steinige Untergründe
- Gegenstände, die das Becken beschädigen können

SO FINDEN UND REPARIEREN SIE EINE UNDICHTE STELLE

Wenn Sie feststellen, dass die Oberfläche des Kaltwasserbeckens weich wird und Ihr Gewicht nicht mehr tragen kann, ist das Becken beschädigt und verliert Luft.

1. Pumpen Sie das Kaltwasserbecken auf.
2. Sprühen Sie Seifenwasser auf die Oberfläche des Beckens.
3. Kontrollieren Sie die mit Seifenwasser benetzte Oberfläche. An der Stelle, an der sich Blasen bilden, befindet sich die undichte Stelle.
4. Entfernen Sie Schmutz und Verunreinigungen rund um die undichte Stelle.
5. Nehmen Sie einen Reparaturflicken aus dem Reparaturset und schneiden Sie ihn passend zur Größe der beschädigten Stelle zu.
6. Tragen Sie PVC-Kleber gleichmäßig auf eine Seite des Reparaturflickens und rund um die undichte Stelle auf.
7. Warten Sie nach dem Auftragen des Klebers 5–10 Minuten, bis er getrocknet ist. Im Winter kann dies länger dauern. Der Kleber sollte nicht mehr klebrig sein.
8. Legen Sie den Reparaturflicken über die undichte Stelle und drücken Sie ihn fest an, sodass er sicher auf der beschädigten Stelle haftet.
9. Stellen Sie das reparierte Kaltwasserbecken an einen gut belüfteten Ort und lassen Sie es 24 Stunden stehen, bevor Sie es wieder verwenden.



viskan spa
NORDÖ
HOT & COLD BATH

viskan spa
MADE IN SWEDEN