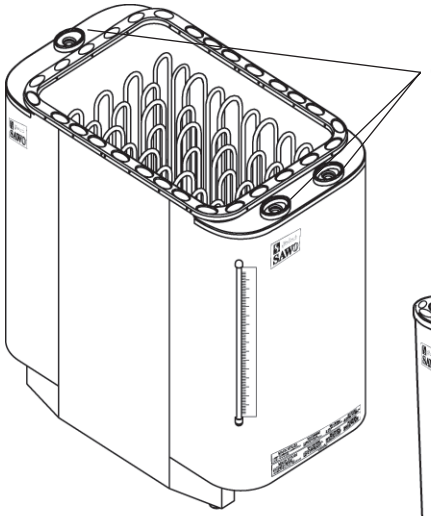
SAVONIA COMBI

SAVC-90N	SAVC-105N	SAVC-120N	SAVC-150N	SAVC-180N
SAVC-90NF	SAVC-105NF	SAVC-120NF	SAVC-150NF	SAVC-180NF
SAVC-90NA	SAVC-105NA	SAVC-120NA	SAVC-150NA	SAVC-180NA
SAVC-90NAF	SAVC-105NAF	SAVC-120NAF	SAVC-150NAF	SAVC-180NAF

Вы купили продукцию компании SAWO. Благодарим Вас за покупку.
Пожалуйста перед использованием изделия тщательно ознакомьтесь с инструкцией по эксплуатации
Сенсор (температуры) монтируется над печью Обратитесь к паспорту Выносного пульта управления за дополнительной информацией.



Super Savonia Combi

Savonia Combi

ELECTRIC SAUNA HEATER/STEAM GENERATOR

Трёх-фазное соединение

RUSSIAN

www.sawo.com
info@sawo.com

IPX4

Компания оставляет за собой право

Содержание

1. Часть 1 Ознакомление с печью — 2
   1.1 Savonia/ Super Savonia Combi — 2
2. Часть 2 Инструкция по сборке и установке — 3
   2.1 Сборка — 3
      2.1.1 Шаровой клапан — 3
      2.1.2 Крышка парогенератора — 4
      2.1.3 Резервуар для ароматизатора — 4
   2.2 Установка — 5
      2.2.1 Установка печи — 5
      2.2.2 Проводка и электрические соеденинния — 7
      2.2.3 Установка выносного пульта управления — 8
      2.2.4 Сенсор — 8
      2.2.5 Влияние влаги при транспортировке и хранении — 9

3. Часть 3 Инструкции по эксплуатации — 9
   3.1 Загрузка печи камнями — 9
   3.2 Эксплуатация печи — 10
   3.3 Парообразование — 10
      3.3.1 Какую воду использовать — 10
   3.4 Эксплуатация парогенератора — 10
      3.4.1 Наполнение бачка парогенератора водой — 11
      3.4.2 Низкий уровень воды — 11
   3.5 Using the Steamer with Built-in Automatic Refill System — 11
   3.6 Слив воды из бачка и его чистка — 11
   3.7 Применение ароматизаторов — 12

4. Меры предосторожности — 12

5. Устранение неиспарвностей — 13

6. Технические характеристики — 13

7 Запасные части — 14

8. Сауна — 16
   8.1 Как пользоваться сауной — 16
   8.2 Климат в сауне — 16
   8.3 Сушка в сауне — 16
   8.4 Вентиляция сауны — 16
   8.5 Гигиена в сауне — 17
   8.6 Материалы и инсуляция сауны — 17
   8.7 Combi Heater Output — 17

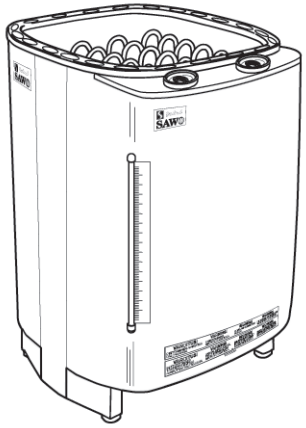
9. Польза от сауны — 18

Note: not complete

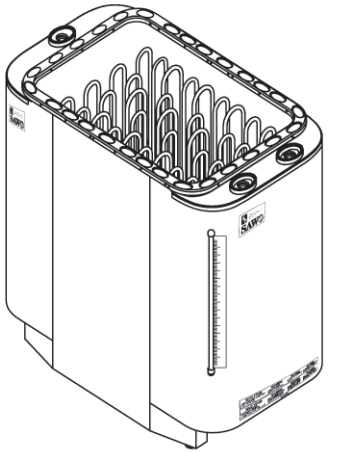
1. Ознакомление с печью

1.1. Мануальная заливка

- Печь с встроенным парогенератором и отверстиями для залива ароматизаторов. Степень надёжности парогенератора очень высока в связи с наличием запатентованной системы индикации уровня воды.
- Печь позволяет выбирать два режима - режим обычной сауны и парной.
- Металлические части печи и бачок парогенератора выполнены из нержавеющей стали, уникальный дизайн тэнов позволяет с легкостью содержать бак в чистоте
- Печь поставляется в двух вариантах – ручной и автоматический долив воды
- Эксплуатируется с выносным пультом управления
- Поставляется также со спец. покрытием
- Поставляется в исполнении 9.0 КВ, 10.5КВ, 12.0 КВ (Savonia Combi), 15.0 КВ, 18.0 КВ (Super Savonia Combi).



Savonia Combi



Super Savonia Combi

2. Инструкция по сборке и установке

2.1. Сборка

2.1.1 Шаровой клапан

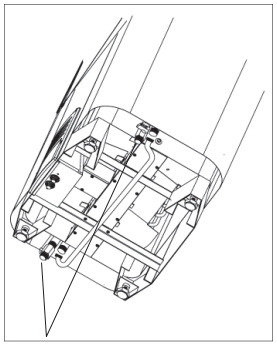
- Перед установкой шарового клапана убедитесь, чтобы тефлоновая лента была намотана на резьбе
- При присоединении и отсоединении шарового клапана убедитесь, что ручка клапана в позиции “закрыто” (см. рис. 1a).

Note: For Built-in Automatic Refill System Ball Valve is already attached to the heater. Only the Water Inlet connection will be attached by the user. (см. рис. 1b).

Рис. 1a Шаровой клапан (Manual Refill)

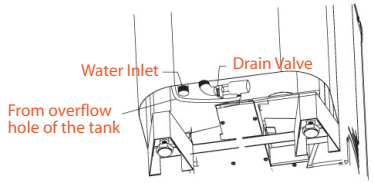
Шаровой клапан в позиции “Закрыто” (Savonia Combi)

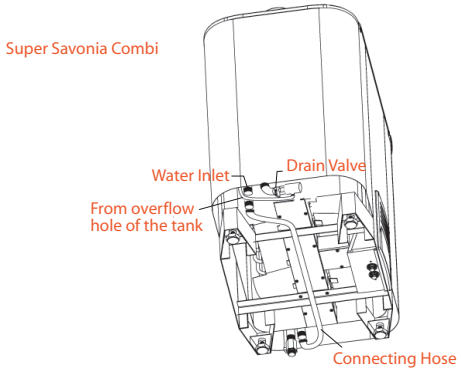
Шаровой клапан в позиции “Открыто”



Шаровой клапан в позиции “Закрыто” (Super Savonia Combi)

Fig. 1b Шаровой клапан (Automatic Refill)





2.1.2 Крышка парогенератора

- Следуйте интсрукции на Рис. 2 при снятии (установке) крышки парогенератора.

Рис. 2 Крышка парогенератора

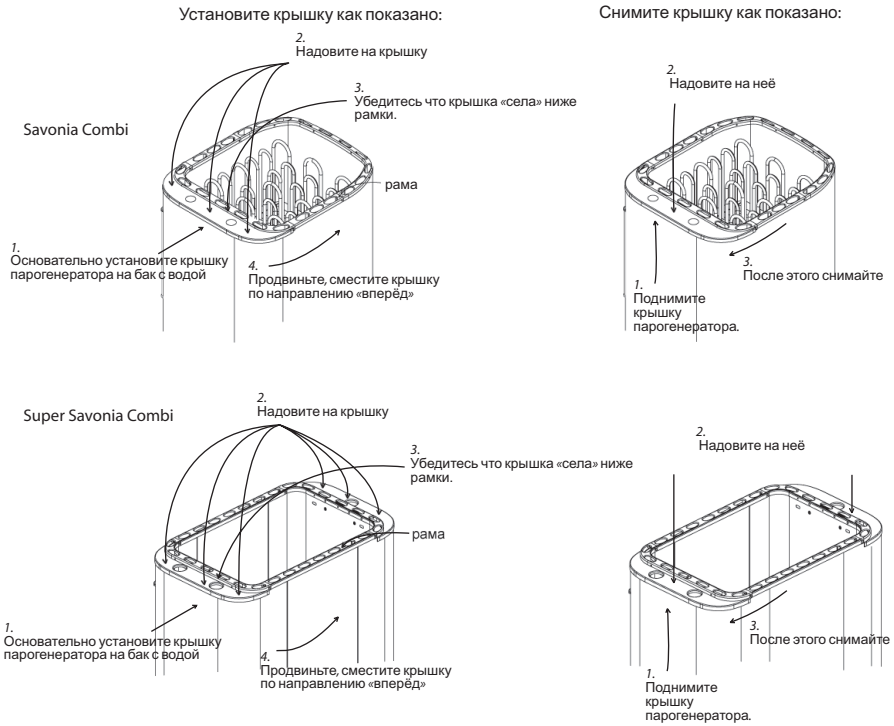
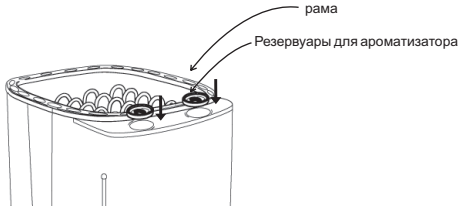
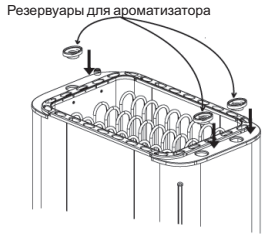


Рис. 3 Резервуары для ароматизатора



Savonia Combi



Super Savonia Combi

2.1.3. Резервуары для ароматизатора

- На крышке парогенератора имеются предназначенные для заливки ароматизатора отверстия. Резервуар для ароматизатора подсоединяется как показано на рис.3.
- Обращайтесь с осторожностью. При падении на пол он легко может сломаться.

2.2. Установка

2.2.1 Установка печи

- Рекомендуется установка печи на стену рядом с дверью
- Для безопасности и удобства придерживайтесь безопасных расстояний на Рис 5 и обращайте внимание на кубические объёмы на Рис 6 (Схема Эл. проводки)
- Не устанавливайте печь в углублениях стен.
- Не устанавливайте больше одной печи, если только вы не следуете спец инструкциям для двойной установки.
- В большинстве стран существуют законы, обязывающие закреплять печь к полу, как показано на рисунке 4.

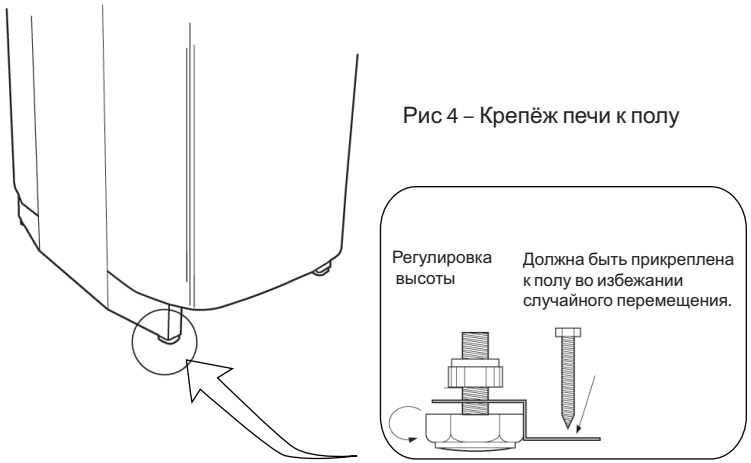


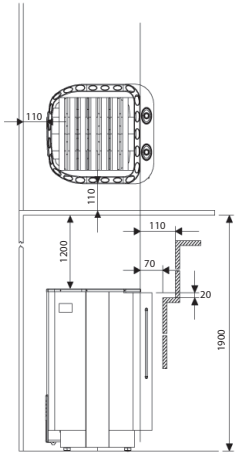
Рис 4 – Крепёж печи к полу

ВНИМАНИЕ: Освободите тэны от упаковочного материала перед Установкой печи. Упаковка тэнов служит только для их защиты Во время транспортировки. Уберите также гелевые пакетики – они Служат для впитывания влаги во время транспортировки

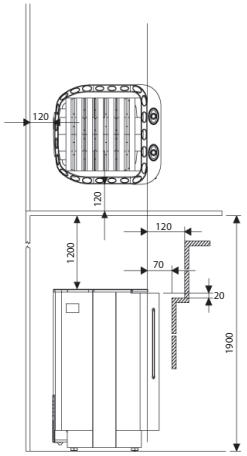
- Поверхность печи в работе горячая. Во избежании случайных прикосновений и ожогов печь ограждается. Рис 5 показывает минимально безопасные расстояния при установке ограды. Рис 5. Минимально безопасные расстояния в мм.

Рис 5 Минимальные безопасные расстояния

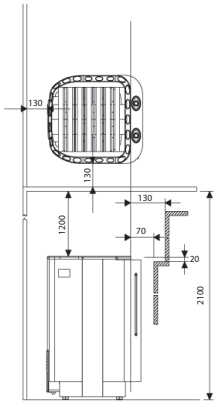
SAVC - 90N
SAVC - 90NF
SAVC - 90NA
SAVC - 90NAF



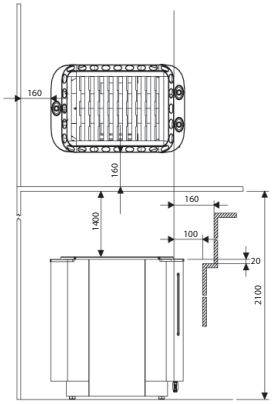
SAVC - 105N
SAVC - 105NF
SAVC - 105NA
SAVC - 105NAF



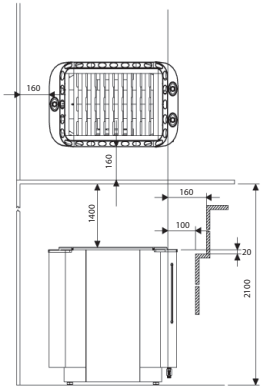
SAVC - 120N
SAVC - 120NF
SAVC - 120NA
SAVC - 120NAF



SAVC - 150N
SAVC - 150NF
SAVC - 150NA
SAVC - 150NAF



SAVC - 180N
SAVC - 180NF
SAVC - 180NA
SAVC - 180NAF



2.2.2 Электрика и установка

- Проводка электрики производится квалифицированным персоналом.
- Установка производится в соответствии с местными законами.
  Неправильное электрическое соединение может вызвать замыкание и пожар.
- Провод должен быть типа HO7RN-F или его эквивалент.

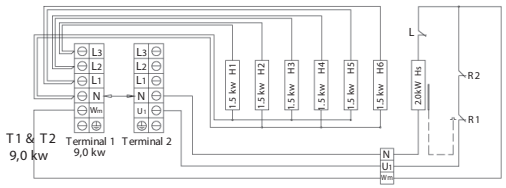
ВНИМАНИЕ:VC-изолированного кабеля для подсоединения печи Combi недопустимо, так как этот кабель при нагреве деформируется

- Для дополнительной информации обращайтесь к схеме на Рис 6.

Рис 6 Схема проводки

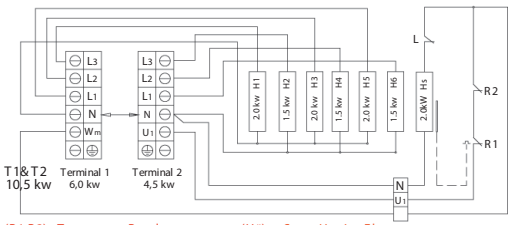
Manual Refill

Savonia Combi 9,0 kw



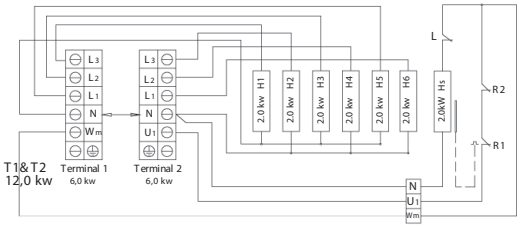
(R1,R2) Temperature Regulator (H#) Sauna Heating Element
(L) Temperature Limiter (Hs) Steamer Heating Element

Savonia Combi 10,5 kw



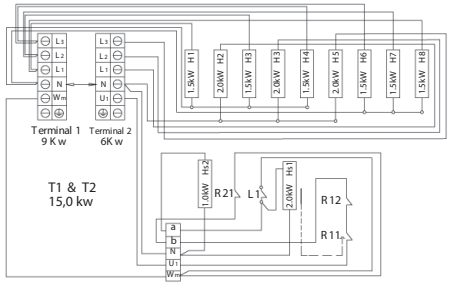
(R1,R2) Temperature Regulator (H#) Sauna Heating Element
(L) Temperature Limiter (Hs) Steamer Heating Element

Savonia Combi 12.0 kw



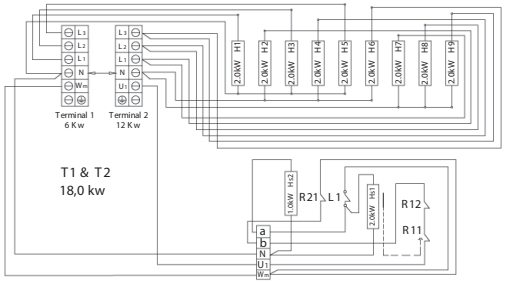
(R1,R2) Temperature Regulator (H#) Sauna Heating Element
(L) Temperature Limiter (Hs) Steamer Heating Element

Super Savo nia Combi 15,0 kw



(R11,R12,R21) Temperature Regulator (H#) Sauna Heating Element
(L1) Temperature Limiter (Hs1,Hs2) Steamer Heating Element

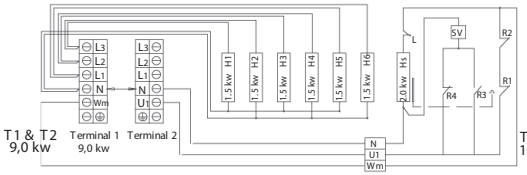
Super Savonia Combi 18,0 kw



R11,R12,R21) Temperature Regulator (H#) Sauna Heating Element
(L1) Temperature Limiter (Hs1,Hs2) Steamer Heating Element

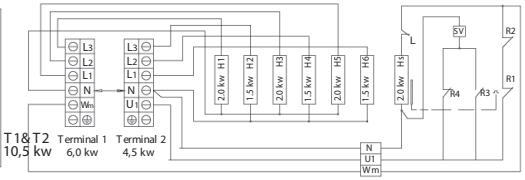
For Auto Refill:

Savonia Combi 9,0 kw



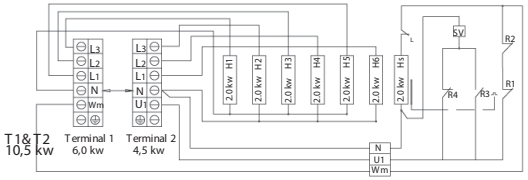
(R1,R2) Temperature Regulator (H#) Sauna Heating Element
(L) Temperature Limiter (Hs) Evaporator Heating Element

Savonia Combi 10,5 kw



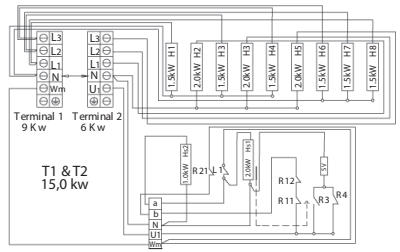
(R1,R2,R3& R4) Temperature Regulator (H#) Sauna Heating Element
(L) Temperature Limiter (Hs) Evaporator Heating Element

Savonia Combi 12.0 kw



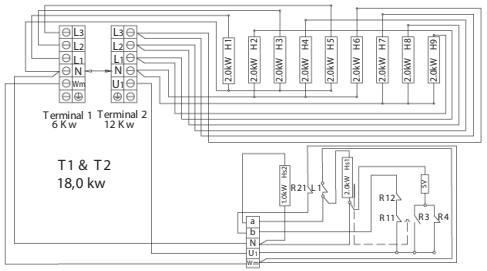
(R1,R2R3&R4) Temperature Regulator (H#) Sauna Heating Element
(L) Temperature Limiter (Hs) Evaporator Heating Element

Super Savonia Combi 15,0 kw



(R11,R12,R21,R3&R4) Temperature Regulator (L1) Temperature Limiter
(H#) Sauna Heating Element (SV) Solenoid Valve
(Hs1,Hs2) Evaporator Heating Element

Super Savonia Combi 18,0 kw



(R11,R12,R21,R3&R4) Temperature Regulator (L1) Temperature Limiter
(H#) Sauna Heating Elemen (SV) Solenoid Valve
(Hs1,Hs2) Evaporator Heating Element

2.2.3 Установка выносного пульта управления и сенсора

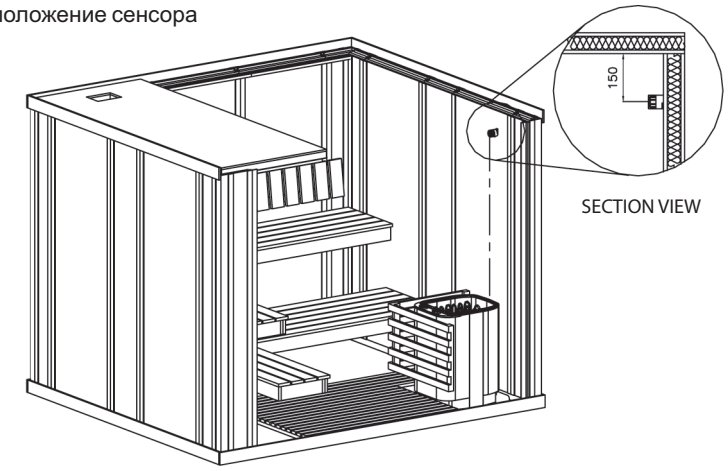
- При установке выносного пульта управления и подсоединения его к печи Combi пользуйтесь паспортом пульта управления. Для сенсора температуры (temperature sensor) также пользуйтесь паспортом пульта управления.

ВНИМАНИЕ: Кроме пульта управления для Combi печей мощностью 10.5КВ, 12.0 КВ, 15.0 КВ and 18.0 КВ необходима ещё и контакто-релейная коробка.

2.2.4 Место установки сенсора

- Сенсор устанавливается над печью в 15 см от потолка. См. Рис 7.

Рис 7 Расположение сенсора



2.2.5 Воздействие влаги при транспортировке и хранении

- Проводя электрическое подсоединение и финальную инспекцию электро проводки печи, "утечка" может быть обнаружена при измерении сопротивления изоляции. Это объясняется тем, что за время транспортировки и хранения изоляция резисторов впитала в себя влагу. После нескольких циклов работы печи, влага уйдёт из резисторов

3. Инструкции по эксплуатации

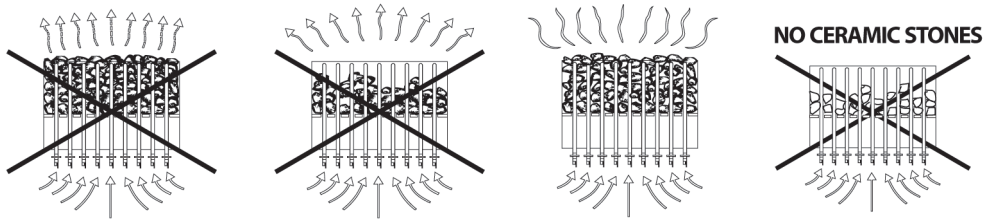
3.1. Загрузка камней

- Горячие камни содержат в себе достаточно энергии и при попадании на них воды производится нужное кол-во пара для поддержания в сауне нужной влаж ности.
- Замена камней производится один раз в год или после 500 часов эксплуатации.
- Треснутые камни заменяются новыми.
- Пользуйтесь таблицей на Рис. 9 для определения нужного кол-ва камней.

ВНИМАНИЕ! Недопустима эксплуатация печи без камней. Это может вызвать пожар. Используйте только камни SAWO. Использование непригодных для печи камней может повредить тэны и лишит Вас гарантии на продукцию. Не применяйте керамические или другие искусственные камни.

- Рекомендуется чистка, промывка камней перед загрузкой для удаления грязи, которая при нагреве может вызвать неприятные запахи.
- Загрузка камней производить таким образом, чтобы не блокировать совбодную циркуляцию воздуха через печь. См.. Рис 8 – Советы по загрузке.

Рис 8 – Советы по загрузке



- Большие камни не помещаются между тэнами, поэтому их использование недопустимо и ни в коем случае не стараться их втискивать между тэнами.

- Камни размером меньше 35 мм в диаметре также не применять, так как они будут блокировать свободную циркуляцию воздуха в отсеке, что может привести к перегреву и поломке выходу из строя тэнов.

ВНИМАНИЕ! Выход тэна из строя (его поломка) в связи с применением камней, которые не предназна чены для печи или в связи с неправильной загрузкой камней лишает Вас гарантии на тэны. or incorrect loading of stones will not be covered by the factory warranty.

3.2. Эксплуатация печи "Combi"

- Перед включением печи убедитесь чтобы ни на камнях, ни рядом с самой печью ничего не было. Подробности смотрите в Части 4
- При первом включении печи могут иметь место неприятные запахи – это нормально, камни должны обгореть.Избавиться от неприятного запаха в сауне можно проветриванием помещения до тех пор пока запах не исчезнет
- Очень важен правильный выбор мощности печи "Combi" . Он напрямую зависит от размера сауны. Часть 6. поможет Вам определиться с выбором мощности печи. Правильно выбранная печь нагревает сауну до нужной температуры в течении часа.
- Если печь слишком мощная, сауна нагревается быстрее, чем камни. Полив камней водой в этом случае ничего не даёт, она (вода) просто стекает вниз. Печь слишком малой мощности поднимает температуру в сауне очень медленно. Полив камней водой в этом случае охлаждает камни и понижает температуру в сауне.
- Очень важно чтобы в сауне была адекватная изоляция и чтобы были использованы правильные материалы. Обратитесь к секции 8 (Сауна). Температура парения должна быть в пределах от 65 to 80°C на момент включения парогенератора.

3.3. Образование пара

- Полив камней водой повышает уровень влажности в сауне, печь же повышает температуру
- Количество воды вылитое на раскалённые камни определяет уровень влажности.
- Три ковшика воды каждый раз достаточно. слишком большое количество воды, вылитое на камни не испарится, кипящая же вода может попасть на кожу
- Не стоит добавлять воды на горячие камни, если рядом с печью в этот момент кто-то находится

3.3.1. Какую воду использовать

- Используйте только чистую питьевую воду для поливки камней
- Использование тяжёлой, хлорированной воды недопустимо.
- Загрезнённая с примесями вода оставляет накипь на камнях, тэнах и печи. Способность камней аккумулировать тепло в таком случае падает, тэны быстро выходят из строя из-за коррозии.
- Недопустимо применение солёной, морской, хлорированной воды – это выво дит из строя тэны и отрицательно влияет на саму печь, части её корпуса и т.д

3.4. Эксплуатация парогенератора

- Savonia Combi печь имеет бак ёмкостью 5 литров. Заполненная до отказа она Она может производить пар в течении 2-х часов при установке на "Max"
- Super Savonia Combi имеет два бака, соединенных между собой силиконовым шлангом у основания. Емкость первого 5 литров, второго бака 3,5 литров. Наполненная до отказа, печь может давать пар в течении 1 часа 45 мин.
- Идеальная влажность достигается температурой 40°C и 50°C в сауне и включённым в течении 30 минут парогенератором. Как только это достигнуто – можно начинать сеанс парения

3.4.1. Наполнение бачка парогенератора водой

- Воду в бачок можно заливать через специально отведённые для этого отверстия
- Проследить кол-во воды можно с помощью индикатора воды
- Чрезмерное кол-во воды (больше 5 –ти литров) выльется на пол.
- Если значение "FILL" (наполните) появится на дисплее выносного пульта управления, добавьте холодной, питьевой воды (из-под крана) через отверстие резервуара ароматизатора, осторожно убрав резервуар, который может быть горячим от нагрева. Не пытайтесь снять крышку, она может быть нагрета до очень высоких температур
- Всегда, перед включением парогенератора убедитесь, что в бачке достаточно воды.

3.4.2. Низкий уровень воды

- Печь "Combi" снабжена системой определения низкого уровня воды, которая напоминает о необходимости добавления воды в бачок перед тем как он опустеет.
- Как только уровень воды достигает отметки "REFILL", система определения Уровня воды активизирована.
- Система определения низкого уровня воды выключит парогенератор при остатке в бачке 1-го литра воды. Значение "FILL" (наполните) появится на дисплее пульта управления вместе с звуковым сигналом. После добавления воды, парогенератор сам включится через некоторое время
- Если воды не долить при появлении на дисплее пульта управления значения "FILL" (наполните), парогенератор включится снова через несколько минут. Значение "FILL" будет оставаться на дисплее до тех пор пока вода не будет долита или парогенератор не будет выключен

3.5. Using the Steamer with Built-in Automatic Refill System

- The Combi Heater is equipped with an automatic water refilling system that makes it possible to produce the steam without refilling water manually.
- The Steamer Tank will automatically be refilled with water upon turning ON the control unit and will be refilled with water automatically once the water level is already near the low-water detection mark.
- As a security feature, if the Water Tank is not refilled automatically for any possible reason, the Low Water Detection System will automatically turn off the Steamer. And the word "FILL" will be displayed on the external Control Unit and a warning sound (buzzer-like) will be emitted. (Refer to Part5 Troubleshooting)

NOTE: Make sure that there is enough supply of water and the water supply pressure must be in the range of 1 to 2 bar to have a smooth automatic refill system function and check the water connection that it is properly connected to the water inlet of the steamer before turning ON the steamer. (refer to figure 1)

3.6. Слив воды из бачка и его чистка

- После каждого использования производите слив воды и чистку бачка. Данная процедура удаляет нечистоты осевшие на стенках бачка парогенератора в процессе парообразования
- Вода сливается только после того как парогенератор отстынет.
- To drain the water, turn the Ball Valve handle at the bottom of the Steamer Tank counterclockwise until water flows out of the tank. Provide a container to collect the water.
- Для Super Savonia Combi печи слив можно производить из любого бака.
- Отсоедиинте шланг соединяющий баки и удалите частички грязи, песка,
- Которые обычно остаются на дне.
- После чистки поставьте шланг на место. Смотрите рисунок 9

- Не пользуйтесь щёткой со стальными волосиками – это может повредить стенки или нагревательную пластину бачка
- Не следует производить чистку внутри бачка руками и тряпкой – можно порезаться об острые края и выступы бачка.
- Для чистки разделительной пластины бачка, поднимите её, произведите чистку капроновой щёткой. См. Рис 10.

Рис 9 Соединяющий шланг

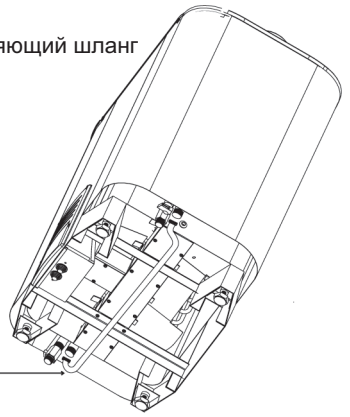
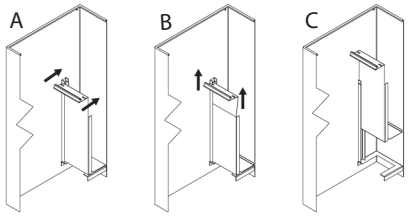


Рис 10 Разделительная пластина



- В заключении промойте бак и закройте шаровой клапан поворотом ручки по часовой стрелке.
- Не забудьте заново наполнить бачок перед повторным включением (использованием) парогенератора Не позволяйте воде высыхать в бачке, как альтернативный вариант слива. Срок службы Вашей "Combi" печи в этом случае сократится.
- Известь, известковый налёт будет образовываться на стенках бачка парогенератора при использовании нечистой воды. Для декальцификации SAWO рекомендует те же очистители, которые применяются для чистки кухонных приборов (кофеварки и т.д.)
- Применение очистителей в соответствии с инструкциями завода-изготовителя
- Наружная часть бачка парогенератора протирается чистой тряпкой

3.7. Применение ароматизаторов

- Применение ароматизаторов (в виде жидкости) при эксплуатации "Combi" печи сделает Ваше пребывание в сауне более приятным. Ароматизатор наливается в предназначенный для этого резервуар
- Не следует доливать ароматизатор при включённом парогенераторе. Можно получить ожоги от горячего пара
- Резервуар для ароматизатора также следует чистить и прополаскивать регулярно.

4. Меры предосторожности

- Морской или влажный климат может вызвать коррозию металлических частей печи
- Электрические подсоединения и ремонт печи проводится квалифицированным первоналом
- Не используйте Вашу "Combi" печь в качестве гриля или для приготовления, варки пищи и кипячения жидкостей.
- Не накрывайте печь.Это может вызвать пожар
- Не кладите ничего деревянного на печь
- Не применяйте печь для сушки вещей. Это может вызвать пожар
- Не садитесь на печь. Она горячая.Можно обжечься
- Не эксплуатироват ь печь без камней. Это может вызвать пожар

- Не применяйте хлорированную воду (из бассейна или джакузи) или морскую воду.
- Не лейте слишком много воды на печь.Каждый раз достаточно от одного до трёх ковшиков. Спустя несколько минут можно добавить воды опять
- Не наполняйте бачок парогенератора до отказа. Кипящая вода будет переливать через край
- Не включайте парогенератор без воды в бачке. Запаситесь тазиком при сливе воды из бачка.
- Всегда закрывайте шаровой клапан после слива воды

5.Возможные неисправности и их устранение

Если парогенератор не работает, проверьте следующее:

- Подключена ли печь "Combi" к источнику питания?
- Включен ли парогенератор ?
- Достаточно ли в бачке парогенератора воды?
- Выполнены ли температурные установки, которые даны в паспорте пульта управления?
- Была ли надпись "'FILL" (долить воды) на дисплее пульта управления ? Парогенератор включается сам после нескольких минут.

Если печь не работает, проверьте следующее:

- Была ли установлена задержка по времени перед включением печи или было установлено время продолжительности работы печи ?
- Подключена ли печь к источнику питания?
- Проверьте предохранители и УЗО
- Был ли перегрев печи ? Проверьте предохранитель
- Проконсультируйтесь у квалифицированного электрика если проблема ещё существует.

6. Технические характеристики

The table in Figure 11 gives guidance on various technical matters related to the Combi Heater installation.

Рис 11 Технические характеристики

HEATER MODEL	kW	HEATING ELEMENT kW	TYPE NUMBER	SAUNA ROOM MIN (m^3)	MAX	SUPPLY VOLTAGE	SIZE OF HEATER WIDTH	DEPTH (mm)	HEIGHT	SIZE OF WIRE (mm^2) Term.1	Term.2	T1 & T2	STONES	CONTROL
SAVC-90N SAVC-90NF SAVC-90NA	9,0 kW	6 x 1,5 kW 1 x 2,0 kW	SAV150 COM200	8	14	400V 3N~	442	410	650	6 5 x 2,5 (heater) 3 x 2,5 (steamer)	3	6	40-50 kg	separate
SAVC-105N SAVC-105NF SAVC-105NA	10,5 kW	3 x 2,0 kW 3 x 1,5 kW 1 x 2,0 kW	SAV200 SAV150 COM200	9	15	400V 3N~	442	410	650	3 5 x 2,5 (heater) 3 x 2,5 (steamer)	3 5 x 1,5 (heater)	6 5 x 2,5 (heater) 3 x 2,5 (steamer)	40-50 kg	separate
SAVC-120N SAVC-120NF SAVC-120NA	12,0 kW	6 x 2,0 kW 1 x 2,0 kW	SAV200 COM200	10	18	400V 3N~	442	410	650	3 5 x 2,5 (heater) 3 x 2,5 (steamer)	3 5 x 2,5 (heater)	6 5 x 4,0 (heater) 3 x 2,5 (steamer)	40-50 kg	separate
SAVC-150N SAVC-150NF SAVC-150NA	15,0kW	6 x 1,5 kW 3 x 2,0 kW 1 x 2,0 kW 1 x 1,0 kW	SAV150 SAV200 COM200 COM100	13	23	400V 3N~	587	410	650	6 5 x 2,5 (heater) 3 x 2,5 (steamer)	3 5 x 2,5 (heater)	9 5 x 4,0 (heater) 3 x 2,5 (steamer)	60-75 kg	separate
SAVC-180N SAVC-180NF SAVC-180NA	18,0kW	3 x 2,0 kW 6 x 2,0 kW 1 x 2,0 kW 1 x 1,0 kW	SAV200 SAV200 COM200 COM100	17	29	400V 3N~	587	410	650	3 5 x 2,5 (heater) 3 x 2,5 (steamer)	6 5 x 4,0 (heater)		60-75 kg	separate

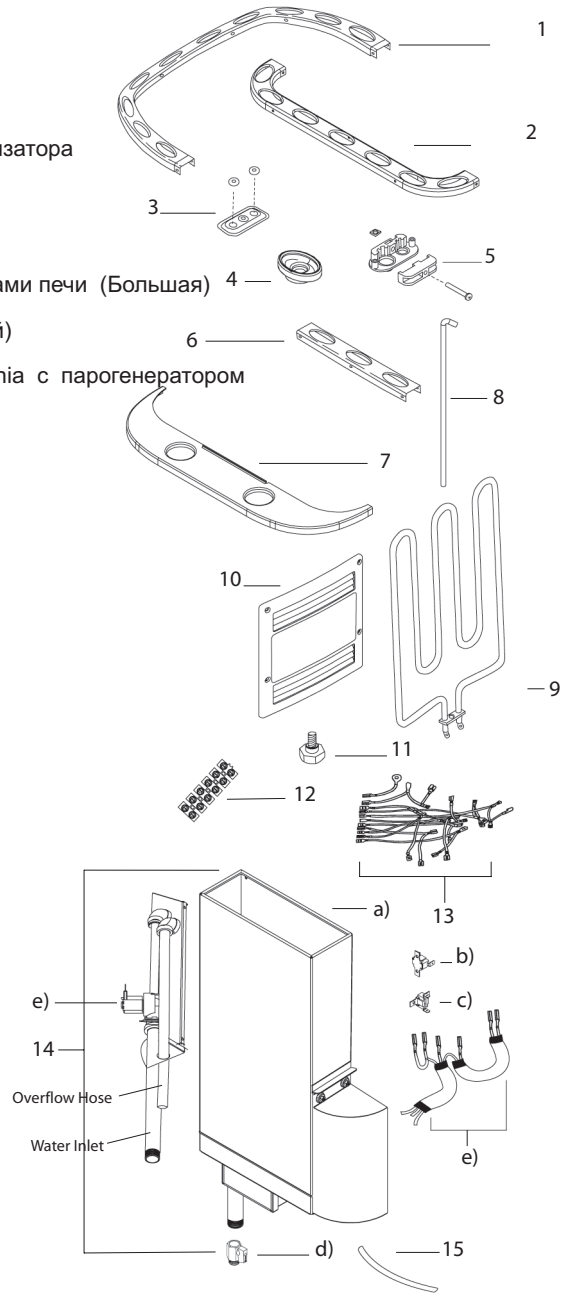
7. Spare Parts

SAVONIA COMBI, SUPER SAVONIA COMBI AND WITH THE AUTOMATIC REFILL SYSTEM

Fig. 12a Exploded view of all spare

SAVONIA COMBI

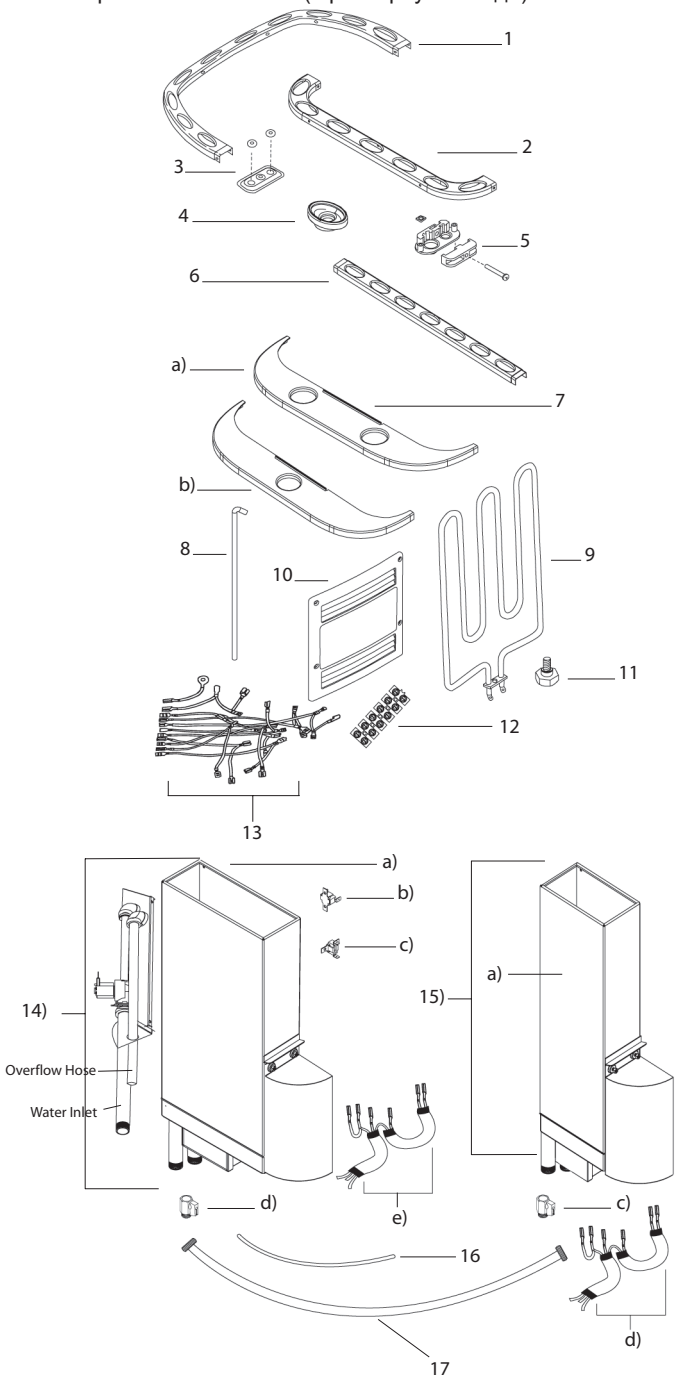
1. Задняя рама
2. Передняя рама
3. Держатель для тэнangs
4. Отверстия для заливки ароматизатора
5. Крепеж для провода
6. Рама Savonia Combi
7. Крышка парогенератора
8. Индикатор уровня (not Basic)
9. Элемент
10. Пластина с тех характеристиками печи (Большая)
11. Регулятор уровня
12. Температурный блок (Большой)
13. Wiring set
14. Внешний вид печи Super Savonia с парогенератором
    a)Бак с тэнами
    b)Ограничитель температуры
    c)Регулятор температуры
    d)Drainage Valve
    e)Solenoid Valve (Auto Refill)
15. Индикатор уровня (not Basic)



SUPER SAVONIA COMBI

1. Задняя рама
2. Передняя рама
3. Держатель для тэна
4. Отверстия для заливки ар
5. Крепеж для провода
6. Рама Super Savonia Combi
7. Крышка парогенератора
   a.Крышка парогенератора
   b.Крышка парогенератора
8. Индикатор уровня (not Ba
9. Элемент
10. Пластина с тех. характер
    печи (большая (large)
11. Регулирующий болт
12. Температурный блок (бо
13. Wiring Set
14. Внешний вид печи Super
    с парогенератором 1
    a)Бак с тэном (2 кW)
    b)Ограничитель темпе
    c)Регулятор температу
    d)Патрубок слива
    e)Wiring Set
    f)Solenoid Valve (Auto R
15. Внешний вид печи Super
    Combi 2 с парогенератором
    a)Бак с тэном (2 кW)
    b)Регулятор температу
    c)Drainage Valve
    d)Wiring Set
16. Индикатор уровня (not E
17. Соединительный шланг

рис. 12b показаны (в развернутом виде)



8. Сауна

8.1. Как пользоваться сауной ?

На самом деле есть несколько простых правил, придерживаться которых рекомендуется для Вашего же блага

- Верхнюю одежду оставляйте в раздевалке. Следует также иметь сменное чистое бельё.
- Пред сауной примите душ
- В сауне пользуйтесь полоком. Для сидения можно использовать полотенце.
- Вы можете увеличить влажность подливая воду на камни печки. Рекоменду емая температура в сауне от 70 до 90 °C , в крайнем случае 100 °C. При паровом режиме рекомендуемая температура в сауне между 40°C - 50°C.
- Покиньте сауну если чувствуете переутомились. Отстыньте немного приняв душ, поплавайте в в бассейне или просто посидите в предбаннике. Уталите жажду прохладительным напитком, избегайте алкогольных напитков.
- Вы можете вернуться в сауну. Этот цикл можно повторять сколько угодно пока это для Вас комфортно. Обычно двух сеансов бывает достаточно.
- После сауны помойтесь в душе или поплавайте.
- Протритесь полотенцем или высохните посидев в предбаннике.
- Перед тем как одеться, дайте себе время отстынуть, иначе процесс потовыделения будет продолжаться.
- Напоследок отдохните и выпейте что-нибудь прохладительное.

8.2. Климат в Сауне ?

- Уровень влажности в сауне измеряется гигрометром,Температура– термометром
- Эффект, влияние температуры и влажности на каждого человека различны. Следовательно нереально и неправильно было бы давать Вам какие-нибудь рекомендации относительно климата в сауне. Он, климат, (влажность и температура), будет для Вас подходящим пока Вам комфортно.
- Вентиляция очень важна для присутствия свежего воздуха.

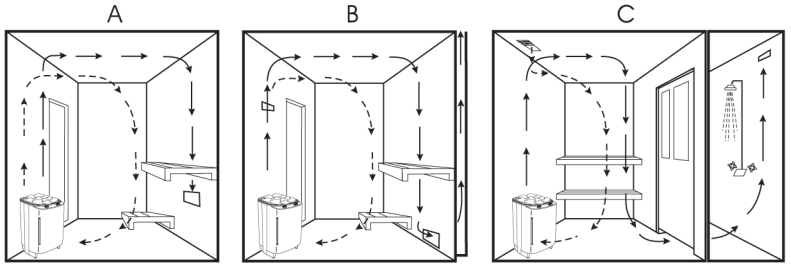
8.3. Сушка сауны после сеанса

- Сауну необходимо просушивать после каждого сеанса.
- ·Откройте вентиляционную решетку на потолке и включите печь для быстрой сушки.
- Не забудьте выключить печь после этого.

8.4. Вентиляция Сауны

- Для наличия всежего воздуха в сауне необходима хорошая вентиляция.
- В течении одного часа воздух в сауне должен меняться, как минимум, 5 раз.
- Если есть такая возможность воздух желательно должен поступать с улицы.
- Несвежий, тяжёлый воздух должен уходить через вентиляционную решетку в потолке, расположенную как можно дальше от печи.
- На рисунке 13 показан типичный пример вентиляции в сауне.

Рис 13 Вентиляция Сауны



8.5. Гигиена в Сауне

Элементарные правила гигиены рекомендуется соблюдать

- Каждому парящемуся рекомендуется пользоваться полотенцем для сидения во избежании попадания пота на полок
- Полотенца простирываются после сеанса сауны.
- После сушки сауны пол необходимо подмести и промыть
- Генеральная уборка сауны проводится каждые 6 месяцев. Сюда входит чистка стен и полоков для сидения щёткой и чистящими реагентами.
- Печь очищается от пыли и грязи.

8.6. Материалы и изоляция Сауны

Для меньшего потребления электроэнергии печью большие поверхности стен из кирпича или стекла следует изолировать.

- Интерьер сауны, стены и потолок должны быть покрыты вагонкой толщиной от 12 до 15 мм.
- Обеспечить отсутствие доступа влаги в сауну, алюминевая фальга должна быть установлена лицевой стороной внутрь сауны
- Зазор (пустота) в 10 мм между защитой от влаги и вагонкой должен быть предусмотрен для вентиляции
- Теплоизоляция (от 50 до 100mm) должна быть использована

ВНИМАНИЕ:

- Теплоизоляционный материал, который непосредственно прикреплён к стенам и потолку сауны может поднять температуру стен и потолка до опасно высокой.
- Для избежания повреждения пола под печью горячими, раскалёнными камнями, только тёмная прочная замазка и прочный камень могут быть использованы.
- Применение лёгкой замазки (между швами половой плитки) которая легко впитывает нечисти, а также применение пластиковых покрытий пола не рекомендуется.
- Из-за обработки поверхности стен сауны защитными реагентами, потемнение вагонки может иметь место. Этот процесс ускоряется и благодаря жару исходящеему от печи
- Максимально допустимая температура нагрева стен и потолка в сауне +140 °C.

8.7. Жар производимый печью “Combi”

- Жар, мощь, которую будет давать Ваша печь, определяется объёмом и материалами сауны, такими как окна, стены из цемента или плитки.
- Каждый квадратный метр такой поверхности стены увеличивает объём нагреваемой сауны на 1, 2 куб. метра.
- Очень важна адекватная изоляция за стенами и потолком для предотвращения потери производимого печью жара.
- Для определения мощности печи, объём сауны сделанной из брёвен должен быть умножен на 1.5 , так как стены из бревна нагреваются медленно

9. Польза от сауны

- Умиротворяет
- Помогает в программах похудения
- Снимает стресс и напряжение
- Улучшает кровообращение
- Снимает боль в суставах
- Очищает кожу
- Удаляет шлаки, вредные металлы из организма
- Удаляется (щёткой) мертвая кожа
- Проходит насморок, и боль в груди
- Восстанавливаются мышечные ткани после физических нагрузок
- Убивает микробов и разного рода бактерии
- Гарантирует быстрое выздоровление после болезни
- Улучшает сон
- Кожа становится мягкой и эластичной, улучшает общее самочуствие