

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA WANNY DO MORSOWANIA

1. Przeznaczenie produktu

Wanna przeznaczona jest do **zimnych kąpeli (morsowania) na świeżym powietrzu**, zapewniając bezpieczne i kontrolowane warunki do zanurzeń w zimnej wodzie.

Użytkownicy:

- Produkt przeznaczony wyłącznie dla **osób dorosłych** w dobrej kondycji zdrowotnej.
- Przed rozpoczęciem korzystania **zalecana jest konsultacja lekarska**.

Przeciwwskazania:

Z wanny **nie powinny korzystać**:

- osoby poniżej 18 roku życia,
- kobiety w ciąży,
- osoby z chorobami serca i układu krążenia,
- osoby cierpiące na nadciśnienie, cukrzycę, epilepsję,
- osoby po odmrożeniach, niedawnych operacjach,
- osoby z otwartymi ranami lub chorobami neurologicznymi.

⚠ Pamiętaj: zanurzenie w zimnej wodzie powoduje gwałtowne obniżenie temperatury ciała, zwężenie naczyń krwionośnych i spowolnienie przepływu krwi.

2. Ostrzeżenia i potencjalne zagrożenia

Zagrożenia dla dzieci:

- Ryzyko **utonięcia** – nigdy nie zostawiaj dzieci bez nadzoru w pobliżu napełnionej wanny.
- Małe elementy (np. zawory, uszczelki) mogą stanowić ryzyko **zadławienia**.

- Zagrożenie **zamknięcia pod pokrywą**.
- Zakaz zabawy w pobliżu wanny.
- Pompka i akcesoria muszą być przechowywane poza zasięgiem dzieci.

Ryzyko zdrowotne:

- Szok termiczny przy nagłym zanurzeniu.
- Omdlenie w wyniku zbyt długiego przebywania w wodzie.
- Zakłócenia rytmu serca.
- Hipotermia (nadmierne obniżenie temperatury ciała).
- Infekcje przy braku higieny wody.

Przeciążenie konstrukcji:

- Ryzyko zapadnięcia się podłoża przy niedostatecznej nośności.

- Uszkodzenie powierzchni balkonu/tarasu i instalacji podpodłogowych.
- Pęknięcia i zarysowania nawierzchni pod wpływem punktowego nacisku.
- Przekroczenie dopuszczalnego obciążenia budynku.

Zagrożenia mechaniczne:

- Przebite wanny ostrymi przedmiotami.
- Rozerwanie pod wpływem nadmiernego ciśnienia wody.
- Upadki podczas wchodzenia i wychodzenia.
- Uszkodzenie zaworów przy niewłaściwej obsłudze.
- Ryzyko przewrócenia przy niestabilnym ustawieniu.

Zagrożenia środowiskowe:

- Uszkodzenia spowodowane ekstremalnymi temperaturami.
- Degradacja przez promieniowanie UV lub silny wiatr.
- Pogorszenie stanu materiału przy nieprawidłowym przechowywaniu.
- Uszkodzenia przez chemikalia lub agresywne środki czyszczące.

3. Instrukcja użytkowania

Montaż i pierwsze użycie:

- Wybierz **stabilne, równe podłoże** o nośności min. 500 kg/m².
- Usuń ostre przedmioty z powierzchni.
- Rozłóż wannę i sprawdź kompletność elementów.
- Ustaw wannę na wypoziomowanym podłożu.
- Zamknij zawór spustowy.
- Napełnij wodą – maksymalnie 10 cm poniżej górnej krawędzi.

Użytkowanie:

- Przed każdą kąpielą sprawdź:
 - stan wanny (brak pęknięć, uszkodzeń),
 - stabilność ustawienia,
 - szczelność połączeń,
 - drożność odpływu.
- Zasady bezpieczeństwa:
 - Nigdy nie morsuj samotnie.
 - Stopniowo wydłużaj czas zanurzenia (pierwszy raz: 1–3 min).
 - Wchodź do wanny powoli, bez gwałtownych ruchów.
 - Stosuj maty antypoślizgowe.
 - Kontroluj temperaturę wody.
- Wchodzenie i wychodzenie:
 - Rób to powoli, trzymając się krawędzi.
 - Używaj antypoślizgowego podestu w razie potrzeby.

4. Konserwacja i czyszczenie

Po każdym użyciu:

- Opróżnij wannę.
- Splucz wnętrze czystą wodą.
- Wytrzyj powierzchnię miękką szmatką.
- Pozostaw zawór otwarty do całkowitego wyschnięcia.

Regularna konserwacja:

- Używaj tylko delikatnych środków czyszczących.
- Unikaj chemikaliów, rozpuszczalników i wybielaczy.
- Regularnie kontroluj szczelność zaworów i stan materiału.

Higiena wody:

- Zmieniaj wodę po każdym użyciu.
- Nie stosuj chemicznych uzdatniaczy.
- Nie pozostawiaj wody w wannie dłużej niż 24 h.

5. Warunki przechowywania

- Przechowuj w suchym, chłodnym miejscu (10–25°C).
- Unikaj bezpośredniego słońca i źródeł ciepła.
- Składaj zgodnie z instrukcją, unikając ostrych zagięć.
- Trzymaj poza zasięgiem dzieci i zwierząt.

6. Postępowanie w przypadku uszkodzenia

- Przed każdym użyciem skontroluj wannę.
- Jeśli stwierdzisz:
 - przecieki, pęknięcia, rozdarcia,
 - uszkodzenia zaworów,
 - deformację konstrukcji,
 - natychmiast zaprzestań użytkowania**.

USER MANUAL – COLD PLUNGE TUB

1. Product Purpose

The tub is designed for **cold baths (cold plunging) outdoors**, providing safe and controlled conditions for immersion in cold water.

Intended users:

- The product is intended **for adults only** in good health.
- A **medical consultation is recommended** before starting use.

Contraindications – do NOT use if you are:

- Under 18 years old,
- Pregnant,
- Suffering from heart disease or circulatory disorders,
- Suffering from high blood pressure, diabetes, or epilepsy,
- Recovering from frostbite or recent surgery,
- Having open wounds or neurological disorders.

⚠ Note: immersion in cold water causes rapid lowering of body temperature, constriction of blood vessels, and slower blood circulation.

2. Warnings and Potential Hazards

Child hazards:

- Risk of drowning** – never leave children unattended near a filled tub.
- Small parts (e.g. valves, seals) may pose a **choking hazard**.
- Risk of entrapment** under the cover.
- No playing near the tub.
- Keep the pump and accessories out of reach of children.

Health risks:

- Shock from sudden immersion.
- Fainting due to prolonged stay in water.
- Heart rhythm disturbances.
- Hypothermia (excessive drop in body temperature).
- Infections due to poor water hygiene.

Structural overload:

- Risk of surface collapse if load-bearing capacity is insufficient.
- Possible damage to balcony/terrace surfaces and underground installations.
- Cracks and scratches due to point load.
- Exceeding the building’s maximum load capacity.

Mechanical hazards:

- Puncturing of the tub by sharp objects.
- Tearing due to excessive water pressure.
- Falls while entering and exiting the tub.
- Valve damage due to improper handling.
- Risk of tipping over if placed on an unstable surface.

Environmental hazards:

- Damage caused by extreme temperatures.
- Degradation due to UV radiation or strong wind.
- Material deterioration from improper storage.
- Damage from chemicals or aggressive cleaning agents.

3. Instructions for Use

Assembly and first use:

- Choose a stable, level surface with a minimum load capacity of 500 kg/m².
- Remove sharp objects from the surface.
- Unpack the tub and check completeness of all parts.
- Place the tub on the leveled surface.

- Close the drain valve.
- Fill with water – no higher than 10 cm below the top edge.

During use:

- Before each bath, check:
 - the tub’s condition (no cracks or damage),
 - stability of placement,
 - tightness of connections,
 - drainage function.
- Safety rules:
 - Never plunge alone.
 - Gradually extend immersion time (first time: 1–3 minutes).
 - Enter the tub slowly, without sudden movements.
 - Use non-slip mats.
 - Monitor water temperature.
- Entering and exiting:
 - Do so slowly, holding the edge.
 - Use a non-slip step if necessary.

4. Cleaning and Maintenance

After each use:

- Empty the tub.
- Rinse the interior with clean water.
- Wipe the surface with a soft cloth.
- Leave the drain valve open until completely dry.

Regular maintenance:

- Use only mild cleaning agents.
- Avoid chemicals, solvents, and bleach.
- Regularly check valve tightness and material condition.

Water hygiene:

- Replace water after every use.
- Do not use chemical water treatments.
- Do not leave water in the tub for longer than 24 hours.

5. Storage Conditions

- Store in a dry, cool place (10–25°C).
- Avoid direct sunlight and heat sources.
- Fold according to instructions, avoiding sharp bends.
- Keep out of reach of children and pets.

6. In Case of Damage

- Inspect the tub before each use.
- If you find:
 - leaks, cracks, or tears,
 - damaged valves,
 - structural deformations,
 - stop using the product immediately**.

DE

BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DAS EISBADBECKEN

1. Zweck des Produkts

Das Becken ist für kalte Bäder (Eisbäder) im Freien bestimmt und bietet sichere und kontrollierte Bedingungen für das Eintauchen in kaltes Wasser.

Benutzer:

- Produkt ausschließlich für gesunde Erwachsene geeignet.
- Vor der Nutzung wird eine ärztliche Beratung empfohlen.

Gegenanzeigen:

Nicht geeignet für:

- Personen unter 18 Jahren
- Schwangere
- Personen mit Herz- und Kreislauferkrankungen
- Personen mit Bluthochdruck, Diabetes oder Epilepsie

- Personen nach Erfrierungen oder kürzlichen Operationen
- Personen mit offenen Wunden oder neurologischen Erkrankungen

⚠ **Achtung:** Das Eintauchen in kaltes Wasser führt zu einem schnellen Abfall der Körpertemperatur, Verengung der Blutgefäße und verlangsamtem Blutfluss.

2. Warnungen und potenzielle Gefahren

Gefahren für Kinder:

- Ertrinkungsgefahr – Kinder niemals unbeaufsichtigt in der Nähe des gefüllten Beckens lassen.
- Kleine Teile (z. B. Ventile, Dichtungen) stellen Erstickungsgefahr dar.
- Gefahr des Einschlusses unter der Abdeckung.
- Kein Spielen in der Nähe des Beckens.
- Pumpe und Zubehör außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Gesundheitsrisiken:

- Kälteschock bei plötzlichem Eintauchen
- Ohnmacht bei zu langem Aufenthalt im Wasser
- Herzrhythmusstörungen
- Unterkühlung
- Infektionen bei mangelnder Wasserhygiene

Überlastung der Konstruktion:

- Einsturzgefahr bei unzureichender Tragfähigkeit
- Schäden an Balkon/Terrassenoberflächen oder Unterbodeninstallationen
- Risse und Kratzer durch punktuellen Druck
- Überschreitung der zulässigen Belastung des Gebäudes

Mechanische Gefahren:

- Durchstich des Beckens durch scharfe Gegenstände
- Rissbildung durch übermäßigen Wasserdruck
- Stürze beim Ein- und Aussteigen
- Beschädigung der Ventile bei unsachgemäßer Handhabung
- Umkippen bei instabiler Aufstellung

Umweltbedingte Gefahren:

- Schäden durch extreme Temperaturen
- Abbau durch UV-Strahlung oder starken Wind
- Materialverschlechterung bei unsachgemäßer Lagerung
- Schäden durch Chemikalien oder aggressive Reinigungsmittel

3. Gebrauchsanweisung

Montage und Erstgebrauch:

- Wählen Sie einen stabilen, ebenen Untergrund mit einer Tragfähigkeit von mindestens 500 kg/m².
- Entfernen Sie scharfe Gegenstände von der Oberfläche.
- Becken ausbreiten und Vollständigkeit der Teile überprüfen.
- Becken auf dem ebenen Untergrund platzieren.
- Ablassventil schließen.
- Mit Wasser füllen – maximal 10 cm unter der oberen Kante.

Benutzung:

- Vor jedem Bad prüfen:
 - Zustand des Beckens (keine Risse oder Schäden)
 - Stabilität der Aufstellung
 - Dichtheit der Verbindungen
 - Abflussdurchgängigkeit
- Sicherheitsregeln:
 - Niemals alleine baden
 - Tauchzeit schrittweise verlängern (erstes Mal: 1–3 Minuten)
 - Langsam ins Wasser gehen, keine ruckartigen Bewegungen

- Rutschfeste Matten verwenden
- Wassertemperatur kontrollieren

- Ein- und Aussteigen:
 - Langsam und an der Kante festhalten
 - Bei Bedarf rutschfesten Tritt verwenden

4. Wartung und Reinigung

Nach jedem Gebrauch:

- Becken entleeren
- Innenfläche mit klarem Wasser abspülen
- Oberfläche mit weichem Tuch abwischen
- Ventil offen lassen, bis es vollständig getrocknet ist

Regelmäßige Wartung:

- Nur milde Reinigungsmittel verwenden
- Keine Chemikalien, Lösungsmittel oder Bleichmittel verwenden
- Regelmäßig Ventile und Materialzustand kontrollieren

Wasserhygiene:

- Wasser nach jedem Gebrauch wechseln
- Keine chemischen Zusätze verwenden
- Wasser nicht länger als 24 Stunden im Becken belassen

5. Lagerbedingungen:

- Trocken, kühl (10–25 °C) lagern
- Direkte Sonneneinstrahlung und Wärmequellen vermeiden
- Entsprechend der Anleitung zusammenfalten, scharfe Knicke vermeiden
- Außer Reichweite von Kindern und Tieren aufbewahren

6. Vorgehen bei Beschädigungen:

- Becken vor jedem Gebrauch prüfen
 - Lecks, Risse, Risse im Material
 - Beschädigte Ventile
 - Deformationen der Konstruktion

FR

MODE D’EMPLOI DE LA BAIGNADE FROIDE

1. Objet du produit

La baignoire est destinée aux bains froids (bains glacés) en plein air, offrant des conditions sûres et contrôlées pour l’immersion dans l’eau froide.

Utilisateurs :

- Produit réservé aux adultes en bonne santé.
- Une consultation médicale est recommandée avant utilisation.

Contre-indications :

Ne pas utiliser pour :

- Les femmes de moins de 18 ans
- Les femmes enceintes
- Les personnes atteintes de maladies cardiaques ou circulatoires
- Les personnes souffrant d’hypertension, de diabète ou d’épilepsie
- Les personnes après engelures ou opérations récentes
- Les personnes avec des plaies ouvertes ou des maladies neurologiques

⚠ **Attention :** L’immersion dans l’eau froide provoque une baisse rapide de la température corporelle, un rétrécissement des vaisseaux sanguins et un ralentissement de la circulation sanguine.

2. Avertissements et dangers potentiels

Dangers pour les enfants :

- Risque de noyade – ne jamais laisser les enfants sans surveillance près de la baignoire remplie.

