

# BRUGERVEJLEDNING

# Isbad Deluxe



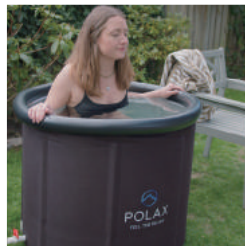
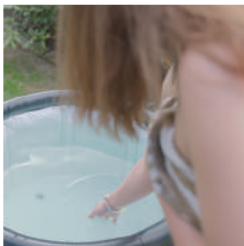
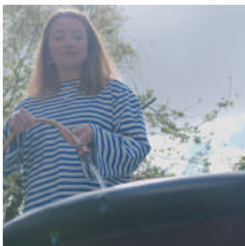
# Oplev vedvarende fordele ved koldt vandsterapi



## Opsætning af dit isbad fra Polax

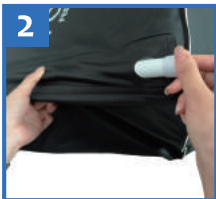


- Find et passende område i skyggen, og en flad fast overflade til at opstille dit isbad.
- Gennemfør trinene i STARTGUIDEN for at samle isbadet fra Polax.
- Læs denne brugervejledning omhyggeligt igennem, før du tager isbadet i brug.



# START GUIDE

## Sådan samler du dit isbad fra Polax



### Instruktion til samling:

1. Indsæt de 6x støtteben i indgangene/hullerne ved bunden af dit isbad.
2. Sørg for, at isbadet fuldt understøttet på en stabil overflade.
3. Fyld luft I den oppustelige topring, ved hjælp af den medfølgende håndpumpe.
4. Fyld kun luft indtil "rillerne" på ringen er glatte og forsegl ventilen.
5. Placer pakningen op af afløbets kant og monter hanen.
6. Installationen er fuldendt og du kan nu begynde at fylde isbadet med koldt vand.





## Hvad er inkluderet i dit isbad fra Polax:

- 1 x Isbad med oppustelig topning og afløbshane
- 6 x Holdbare støtteben
- 1 x Termolåg
- 1 x Overtræk
- 1 x Håndpumpe
- 2 x Gummipakninger og lappesedler
- 1 x Termometer
- 1 x 75cm forlængende afløbsslange

## ANVENDELSE OG SIKKERHED

### Vedligeholdelse, rengøring og opbevaring

Inden du tager dit nye isbad i brug anbefaler vi, at du vasker indersiden af isbadet med en skånsom sæbe og vand. Derefter skylles isbadet og tørres af med en tør klud.

Placer så vidt muligt isbadet i skyggen, så isbadet undgår længerevarende sollys. UV-lyset fra solen kan skade materialerne og misfarve isbadet over længere tid. Særligt skal du være opmærksom på, at topningen kan tage skade af solens stråler.

For at dræne isbadet skal du bruge den eksterne afløbshane og slange der medfølger. Vi anbefaler, at dræne vandet og rengøre dit isbad omkring 2-4 gange om måneden, alt efter årstid og din ønskede temperatur.



### Overtræk

Overtrækket til isbadet fungerer som en beskyttende barriere, der forhindrer blade, insekter og andet i at komme i kontakt med vandet.

### Oppustelig ring

Den øverste oppustelige ring fungerer som et stabiliserende komponent til isbadet. Når ringen er oppustet, tilfører den ekstra støtte og stabilitet, hvilket er særligt nyttigt, når man sidder i isbadet.



### 5-lags isolering

### Afløbshane og medfølgende rør

Denne praktiske funktion gør det hurtigt og enkelt at dræne vandet fra isbadet, hvilket gør vedligeholdelse af isbadet og vandet mere bekvemt.

### Termolæg

Udviklet til at danne en termisk mur mellem det kolde vand og ydersiden. Dette bidrager til isoleringen, som helhed og gør at vandet holdes koldt.

### Transportabelt

Isbadets minimalistiske design er specielt udformet med transport i tankerne. Den lette konstruktion gør det nemt at transportere isbadet til forskellige steder, hvilket giver dig friheden til at bruge det overalt, hvor du ønsker det.

### Aftagelige støtteben

Udstyret med seks aftagelige støtteben, der gør det nemt at samle isbadet. Når det er tid til at pakke det sammen, kan de let tages ud.





## ADVARSEL

### Sikkerhedshensyn

Før du bruger isbadet er det vigtigt at konsultere din læge, hvis du har nogen underliggende sundhedsmæssige problemer.

Derudover er det afgørende, at du undgår at bruge et isbad, hvis du er gravid, har en historie med hjertesygdom eller højt blodtryk, diabetes, komplikationer såsom neuropati eller retinal skade, bærer en pacemaker, har en historie af forfrysninger, har et åbent sår, har haft nylig kirurgi, lider af epilepsi eller har andre sundhedsmæssige bekymringer eller risici.

Vær desuden opmærksom på, at børn er mere sensitive overfor ekstreme temperaturer og, at vi derfor altid anbefaler at børn er under opsyn ved brug af isbadet.

Når du udsætter kroppen for koldt vand, sænker du din kropskernetemperatur, hvilket forårsager sammentrækning af blodkar og nedsætter blodstrømmen rundt i kroppen. Hvis dette kombineres med eksisterende sundhedsmæssige komplikationer, kan det føre til en stigning i dit blodtryk og kan øge din risiko for hjertestop eller slagtilfælde.



## Anbefalinger

Trods de potentielle risici, kan et isbad give talrige sundhedsmæssige fordele, hvis det bruges korrekt. Vi anbefaler at starte med et par minutter i isbadet af gangen, så din krop langsomt vænner sig til de nye og koldere temperaturer. Herefter kan du gradvist tillægge flere minutter og arbejde dig op i tid når din krop er mere tilvendt.

### **\*VIGTIGT\***

Overskrid aldrig din krops grænser. Oplever du nogen negative bivirkninger, skal du omgående stoppe brugen af isbadet og søge hjælp.

### **Kundeservice 24/7**

**Hvis du har spørgsmål vedrørende opsætning eller brug af dit isbad fra Polax, kan du altid skrive til os på [info@polax.dk](mailto:info@polax.dk). Alternativt kan du se vores oftest stillede spørgsmål og læse mere på vores hjemmeside.**



## Påfyldning af vand

Dit isbad kan fyldes med koldt vand fra hanen, eller varmt vand op til 40 grader. Sørg altid for at have støttebenene i en lodret vinkel for, at skåne isbadets materialer fra trykket fra vandet.

Vi anbefaler, at du fylder isbadet ca.  $\frac{2}{3}$  op for at kompensere for din kropsmasse og for at undgå vandspild.



# POLAX

FEEL THE RELIEF

## PRODUKTSPECIFIKATIONER

### Dimensioner:

---

85cm diameter

---

75cm højde

---

Velegnet til højder op til 2,10m

---

### Specifikationer

---

420L kapacitet

---

3,5 kg tom

---

Nylon udvendigt materiale

---

5 x Isolerende indvendige lag

---

Hudvenlig PVC-underside

---

Find inspiration på vores hjemmeside og følg med på sociale medier for at lære, hvordan du får mest ud af dit produkt fra Polax.



[info@polax.dk](mailto:info@polax.dk)



[polax\\_nordic](https://www.instagram.com/polax_nordic)



[polax.dk](https://www.polax.dk)



[polax](https://www.facebook.com/polax)



# POLAX

FEEL THE RELIEF

**Polax ApS** | Nansensgade 19 1366 København K

+45 51430907 | CVR: 44161176