



# Sauna Suomi R Series

Manuel D'installation et D'utilisation



## Lisez l'intégralité de ce manuel jusqu'au bout avant de procéder au montage

**EXIGENCES ÉLECTRIQUES** Tout le câblage électrique doit être effectué par un ÉLECTRICIEN QUALIFIÉ ET LICENCIÉ. En raison de la chaleur dégagée par le sauna, il est nécessaire d'utiliser un fil de cuivre avec une isolation de 90 °C. Ne pas utiliser de fil d'aluminium pour le raccordement. Ne pas utiliser de fil d'aluminium pour faire la connexion. Consultez un électricien afin de déterminer les exigences pour votre situation. Tout le câblage doit être conforme à tous les codes et règlements nationaux, régionaux et locaux et aux instructions fournies avec le poêle.

Assurez-vous que la surface où vous placez le sauna est plate et de niveau. Une surface en béton, en carrelage, en vinyle, en stratifié ou similaire convient ; il n'est pas recommandé de placer le sauna sur un tapis. Il est suggéré de disposer tous les composants de sorte qu'il soit facile d'identifier les pièces une fois que vous commencez à les assembler.

### **Vous aurez besoin des outils suivants pour assembler votre sauna Hillsboro:**

- Maillet en caoutchouc
- Scie à main
- Marteau
- Perceuse sans fil
- Escabeau
- Niveau
- Equerre
- Mètre à ruban

### **Vous trouverez les éléments en bois suivants ainsi que des sacs étiquetés de vis et de matériel. (les dimensions sont approximatives)**

- 4 – Rails inférieurs
- 1 – Section murale de 19" avec trou d'aération carré
- 4 – Section muraux de 19 pouces sans attaches en plastique
- 2 – Section muraux de 19" avec attaches en plastique sur un bord
- 1 – Section mural de 23" avec des attaches en plastique sur les deux bords.
- 2 – Poteaux d'angle à 90° sans attaches en plastique sur les bords
- 1 – Poteau d'angle à 90° avec des clips noirs sur les deux bords
- 1 – poteau vertical pour fenêtre avec des attaches d'un côté et une rainure pour fenêtre de l'autre côté.
- 1 – Poteau de charnière vertical
- 3 – Linteaux de porte  
(un pour l'installation de la porte gauche, l'autre pour l'installation de la porte droite)
- 1 – Section de fenêtre en verre
- 1 – Support de plancher de fenêtre
- 2 – Rails de support de toit avant et arrière (longs)
- 2 – Rails de support de toit gauche et droit (courts)
- 2 – Supports de banc horizontaux
- 2 – Supports verticaux de la banquette
- 1 – Section de banc verticale
- 1 – Banc de sauna
- 1 – Support de dossier
- 1 – Barrière de chauffage (composée de (3) poteaux verticaux et de (4) rails horizontaux)
- 1 – Marche (composée de (1) dessus, (2) pieds et (2) supports à 45°)
- 2 – Sections de plafond
- 4 – Pièces de moulure de plafond
- 1 – Porte vitrée
- 1 – Kit de charnière

**NOTE:** Il est recommandé que deux personnes se chargent du montage du sauna.

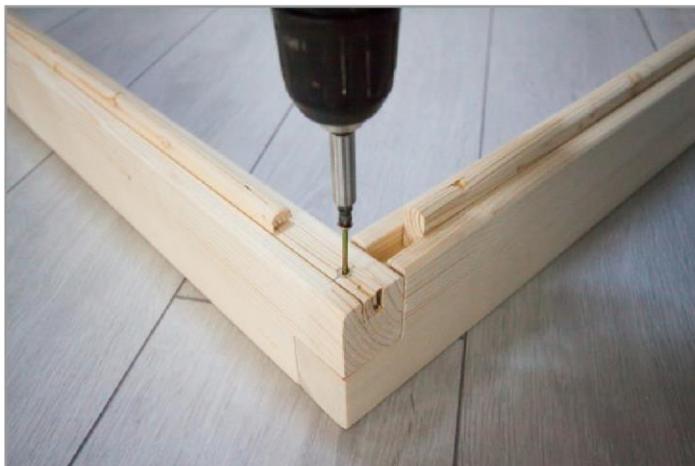
Ces instructions expliquent le montage avec la porte sur le coin avant gauche du sauna. Vous pouvez assembler l'ensemble du sauna dans une disposition inverse à celle illustrée, ce qui placerait la porte dans le coin avant droit du sauna. Si vous choisissez d'inverser l'assemblage, assurez-vous de faire tout l'assemblage dans le sens inverse des directions indiquées.





## Étape 1

Localisez les (4) rails inférieurs et positionnez-les comme indiqué. Faites chevaucher les joints d'angle et assurez-vous que les rails sont d'équerre les uns par rapport aux autres.



## Étape 2

Vissez une seule vis 4x70 dans chacun des 3 coins. REMARQUE : Vous entendrez le bois "craquer" lorsque vous insérez la vis, mais cela est dû à la nature douce et au grain du bois et n'affectera pas l'intégrité du bois ou de la structure.



## Étape 3

Trouvez la section de mur 19" avec le trou découpé carrément et positionnez-la sur l'arrière gauche du rail inférieur. NOTE : Ces instructions placent la porte à la gauche du sauna lorsqu'on le regarde de face. Si vous voulez que la porte soit du côté droit, placez le trou découpé carrément à l'arrière droit du sauna.

Avec une personne qui tient cette section de mur, demandez à une autre personne de positionner l'un des 2 poteaux d'angle 90° (sans les clips noirs) sur la section de mur et ensuite une autre section de mur de 19" sur le rail perpendiculaire à la première section d'élément.

NOTE : Il est utile de taper les sections de mur l'une sur l'autre, sur le poteau d'angle et sur le rail inférieur à l'aide d'un maillet en caoutchouc.



## Étape 4

Vérifiez que les sections de mur sont d'équerre par rapport aux rails, perpendiculaires les unes aux autres, et que le dessus plat des sections de mur et les poteaux d'angle sont alignés. À l'aide d'une perceuse sans fil équipée d'une mèche de taille appropriée (fournie), utilisez des vis 6x20 pour fixer le poteau à 90° aux deux sections de mur.

Couvrez chaque trou de vis avec une des chevilles en bois en les tapant en place avec le maillet en caoutchouc.



NOTE: Comme les sections de mur utilisent à la fois des planches verticales et horizontales, vous entendrez un "craquement" lorsque le bois sera vissé. Ce phénomène est normal et n'entraîne pas de fendillement du bois.



## Étape 5

Placez deux sections de mur supplémentaires de 19" à l'arrière du mur du sauna. Aucune vis ne sera utilisée pour ces sections, mais assurez-vous que les sections murales sont placées fermement sur le rail inférieur afin que les sections supérieures plates soient alignées les unes aux autres.

NOTE : A l'étape 14, vous commencerez à fixer les sections de mur ensemble en utilisant les rails de support du toit.



## Étape 6

Placez le deuxième poteau d'angle à 90° sans les clips en plastique sur le coin arrière droit du sauna et posez une autre section de mur de 19" perpendiculairement à celui-ci. Comme à l'étape 4, vissez le poteau d'angle aux sections de mur à l'aide de vis 6x10.



## Étape 7

Placez la section murale de 19" avec les clips en plastique du côté droit du sauna, les clips étant orientés vers l'avant.



## Étape 8

Placez la section de paroi de 23" sur l'avant du sauna. A l'aide de 2 personnes, fixez le poteau d'angle 90° avec les clips plastiques noirs des deux côtés et fixez-le aux sections murales. Soulevez le poteau de plusieurs pouces au-dessus des sections de mur et positionnez-le de sorte que la rainure et la languette s'alignent. Ensuite, tapez doucement sur le poteau avec le maillet en caoutchouc pour que les clips s'emboîtent les uns dans les autres.

REMARQUE : Les clips permettent d'assembler les sections de mur de manière sûre et solide sans utiliser de vis, mais tout doit être aligné pour qu'ils s'emboîtent correctement.

Vous devez poser le poteau 90 plusieurs pouces au-dessus de la section de mur avant d'emboîter le poteau aux murs. Les clips s'emboîteront les uns dans les autres pour maintenir le poteau. Si les clips ne s'emboîtent pas facilement. Prenez alors un tournevis à tête Philips (+) et desserrez les vis qui maintiennent les clips d'un tour complet. Le fait de desserrer le clip n'affectera pas la force de maintien du clip, mais permettra aux clips de se connecter plus facilement.



## Étape 9

Placez la section murale de 19" avec les clips en plastique du côté droit du sauna, les clips étant orientés vers l'avant.



## Étape 10

Trouvez la pièce verticale avec la rainure de la fenêtre sur le côté. Accrochez les clips noirs sur la section de la paroi avant et alignez le poteau avec un crayon à l'endroit où les clips seront fixés. Vissez les clips, en veillant à ce qu'ils ne soient pas trop serrés, et fixez-les à la section de paroi avant comme décrit à l'étape 8.



## Étape 11

Trouvez le poteau de la charnière verticale et alignez-le à côté de la section gauche du mur. Les clips doivent être installés sur ce montant. Ils ne sont pas installés à l'usine, car le positionnement des clips dépendra de la façon dont vous placez la porte à droite ou à gauche du sauna.

En alignant le poteau sur la section de mur gauche, utilisez une équerre pour marquer le clip doit être positionné pour s'aligner correctement avec le clip sur la section de mur gauche. Une fois l'emplacement marqué, vissez le clip à l'aide des vis fournies. Répétez l'opération pour les 3 clips et insérez le poteau en suivant les instructions de l'étape 8. N'oubliez pas que si les clips sont légèrement desserrés, ils s'emboîteront plus facilement et n'affecteront pas leur résistance.



## Étape 12

... ux de porte et sélectionnez le linteau de porte gauche (linteau de porte droite si la porte est à droite). Vous pouvez déterminer le linteau correct en notant la rainure pour la fenêtre en verre. L'en-tête sera positionné au-dessus de la porte avec la rainure de la fenêtre à droite et vers le bas.

NOTE: Vous pouvez serrer ou desserrer les vis pour faciliter l'assemblage des éléments muraux.



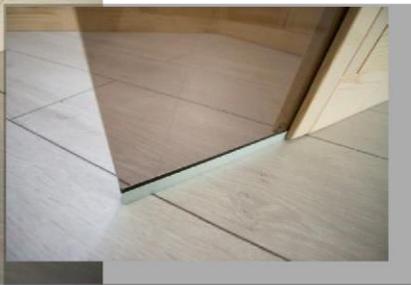
## Étape 13

Trouvez la section de fenêtre en verre et positionnez-la dans la rainure du poteau de la section murale verticale. Positionnez ensuite le linteau de la porte de manière à ce que la rainure passe au-dessus de la partie supérieure de la fenêtre en verre. Veillez à ce que le haut du linteau soit au même niveau que le haut des sections murales et vissez-le en place à l'aide de vis 4x70 insérées en biais.



## Étape 14

Placez le support de plancher de la fenêtre sous la vitre en le glissant sous la vitre par le côté et en tapant en place avec le maillet en caoutchouc.



## Étape 15

Vous allez maintenant installer les rails de support du toit, qui vont à la fois soutenir le toit et fixer les sections de mur les unes aux autres. Localisez (2) rails de support de toit avant et arrière (longs) et (2) rails de support de toit gauche et droit (courts). Placez les rails de support de toit longs à l'avant et à l'arrière du sauna, en mesurant 1-1/2" vers le bas à partir du haut des sections de mur. Vissez en place en utilisant (1) 4x70 dans chaque section de mur. Ensuite, placez les rails de support de toit courts à droite et à gauche du sauna, en mesurant 1-1/2" vers le bas et en les alignant avec les supports avant et arrière. Vissez en place en utilisant (1) vis 4x70 dans chaque section de mur.

NOTE: Il se peut que vous deviez ajuster les rails de soutien du toit pour qu'ils s'insèrent entre les sections de mur.



## Étape 16

Trouvez les deux supports horizontaux du banc. Sur les côtés gauche et droit de la salle de sauna, à partir du sol, mesurez 32" de hauteur et faites une marque. Placez le bas du support de banc horizontal à votre marque et vissez en place en utilisant (4) vis 5x70 chacune. Veillez à ce que le support du banc soit de niveau et qu'il s'appuie sur la paroi arrière du sauna.



Trouvez les deux supports verticaux du banc. Sur les côtés gauche et droit de la salle de sauna, à partir du sol, mesurez 32" de hauteur et faites une marque. Placez le bas du support de banc horizontal à votre marque et vissez en place en utilisant (2) vis 5x70 chacune.





### Étape 17

Trouvez les deux supports verticaux du banc. Sur les côtés gauche et droit de la salle de sauna, à partir du sol, mesurez 32" de hauteur et faites une marque. Placez le bas du support de banc horizontal à votre marque et vissez en place en utilisant (2) vis 5x70 chacune.



### Étape 18

Trouvez la section verticale du banc et placez-vous devant les supports verticaux du banc. À l'aide de (4) vis 4x60, fixez la section de banc verticale aux supports de banc verticaux par l'arrière, comme indiqué.



### Étape 19

Placez le banc de sauna en place sur les supports de banc horizontaux. Vous devrez ramper sous le banc et le fixer aux sections de mur à l'aide de (5) vis 4x60, une dans chaque section de mur.

Le banc n'est pas vissé mais placé sur le dessus.



### Étape 20

Trouvez le support dorsal et positionnez le bas à 10" (+/- selon votre préférence) au-dessus du banc. À l'aide de six (6) vis 3,5 x 40, fixez au mur arrière à travers les planches verticales et entre les lattes horizontales à l'arrière du support arrière, comme illustré.



## Étape 21

Localisez le couvercle de l'évent et placez-le sur l'ouverture du mur. Fixez-le à l'aide de (4) vis 3,5x40.

Note: Le chapeau de l'évent est rigide, vous pouvez le faire tomber avec un maillet ou le poncer.



## Étape 22

Trouvez les (2) sections de toit et placez-les sur les rails de support du toit. Veillez à ce que les sections à rainure et languette soient orientées vers l'intérieur, comme indiqué, afin que les bords soient lisses sur tout le périmètre. Il n'est pas nécessaire de visser les sections de toit.



## Étape 23

Trouvez les (3) poteaux verticaux et les (4) rails horizontaux pour la protection de l'appareil de chauffage. Frappez les pièces ensemble à l'aide du maillet en caoutchouc pour former un "L" et installez-les sur les murs avant et latéraux à l'aide de vis 3x40. Le haut des rails horizontaux de la protection de l'appareil de chauffage doit être à 26" au-dessus du sol.



## Étape 24

La marche se compose d'un plateau, de deux pieds et de deux supports à 45°. Assemblez-les comme illustré, la garniture large d'un côté de la marche étant orientée vers l'avant et les deux supports à 45° vers l'arrière. Visser les pieds au sommet de la marche à l'aide de 4 vis 4x60. Insérer les broches du support à 40° dans les trous et fixer les autres extrémités au dessus de la marche à l'aide de (4) vis 3,4x40.





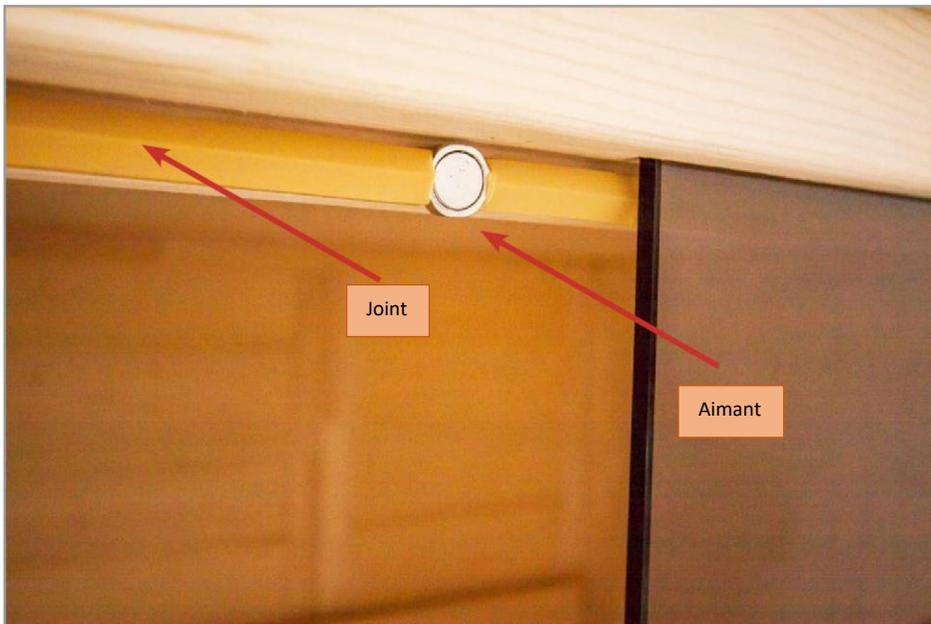
## Étape 25

Trouvez 4 pièces de garniture de toit, placez la pièce longue avec les deux angles de 45° sur le devant, et les deux pièces courtes sur les côtés. Fixez-les au sauna à l'aide de (4) vis 3,5x40 dans chaque pièce longue et (2) dans chaque pièce courte. Vissez par le haut et dans les sections du toit.

NOTE : La pièce arrière de la moulure n'est généralement pas utilisée car le sauna est placé contre un mur. Cependant, si vous utilisez la garniture arrière, elle devra être coupée autour des deux pièces latérales de la garniture.



Moulure arrière optionnelle



## Étape 26

Localisez l'aimant de porte et le joint de porte. Insérez l'aimant dans le trou pré-percé au-dessus de la porte et poussez le joint dans la rainure autour des deux côtés de la porte (la rainure qui se trouve dans le linteau de la porte et le montant de la charnière verticale).

Joint

Aimant



## Étape 27

Fixez les charnières à la porte à l'aide des joints et des vis fournis avec les charnières. Positionnez les charnières exactement comme indiqué pour la construction du sauna avec la porte à gauche. Utilisez la clé hexagonale fournie pour retirer et réinstaller le couvercle des charnières, et utilisez la grande clé hexagonale pour fixer les charnières à la porte.





## Étape 28

Avant de fixer la porte, placez-la dans l'ouverture et assurez-vous qu'il y a un espace de 1/8" entre le verre et le linteau de la porte, et un espace d'environ 1/2" à partir du plancher. Avec une personne qui maintient le plancher en place (ou sur des cales de 1/2" au niveau du plancher), vissez les charnières dans le montant de charnière vertical à l'aide des vis fournies avec les charnières. Fixez une vis dans chaque charnière, puis fermez la porte pour être sûr de l'ajustement. Une fois l'ajustement vérifié, fixez les vis restantes.

NOTE : Il y aura un espace de 1/2" sous la vitre et un espace de 1/4" +/- entre la porte et la fenêtre. Ceci est nécessaire afin de permettre une bonne circulation de l'air dans le sauna. L'ajustement de l'ouverture de l'évent mural déterminera la quantité d'air qui circule dans le sauna, mais il est important qu'il y ait un espace autour de la porte vitrée.



## Étape 29

Installez la poignée sur la porte à l'aide des vis fournies.

## Consultez le guide d'installation séparé pour la LED barre lumineuse et le poêle

### OPERATION

Après l'installation du sauna, balayez l'intérieur pour enlever la sciure et les copeaux de bois, puis passez l'aspirateur. À l'aide d'un chiffon humide et d'eau chaude, essuyez l'ensemble du sauna, y compris les bancs, pour éliminer les restes de saleté, de poussière et de débris. Rincez les pierres du sauna et installez-les dans ou sur le poêle conformément aux instructions du fabricant du poêle. Un mauvais placement des pierres du poêle peut entraîner des températures de chaleur inférieures à celles souhaitées. La première fois que vous allumez le poêle, réglez-le au maximum et faites-le fonctionner pendant environ 30 minutes avec la porte ouverte. Fermez ensuite la porte et laissez votre sauna atteindre la température souhaitée.

Puisque vous utiliserez probablement votre sauna à la fois comme un "sauna humide" et un "sauna sec", vous devez installer les pierres de sauna qui ont été incluses avec le poêle, en suivant les instructions du fabricant. Ces pierres sont nécessaires si de l'eau est arrosée sur le poêle pour créer le "sauna humide", et elles produiront un chauffage plus constant en mode sec (sans l'utilisation d'eau). Il est courant qu'une pierre se fissure occasionnellement pendant le chauffage initial. Si une quantité excessive d'eau est utilisée pendant le sauna, maintenez la porte ouverte pour laisser l'humidité s'échapper. Une faible quantité d'eau est nécessaire pour obtenir un "sauna humide". La quantité de ventilation dans le sauna peut être ajustée au moyen de l'évent situé vers le haut du sauna. Il est important d'avoir un flux d'air frais adéquat dans le sauna, et ce flux peut être ajusté avec le couvercle mobile de l'évent.

### LES ÉTAPES TRADITIONNELLES DE LA PRISE D'UN BAIN DE SAUNA

- ÉTAPE #1 Réglez votre poêle de manière à ce que la salle de sauna atteigne la température souhaitée, généralement entre 65°C (150°F) et 77°C (170°F). (170°F). Pour les novices, il est préférable de commencer par le bas de cette fourchette et de progresser vers les températures les plus élevées en plusieurs séances de sauna.
- ÉTAPE #2 Enlevez tous vos vêtements (sauf peut-être votre maillot de bain), vos lunettes, vos lentilles de contact, vos bijoux, etc. Prenez une douche rapide à l'eau chaude et au savon, ou plongez rapidement dans votre bain chaud.
- ÉTAPE #3 Entrez d'abord dans le sauna pendant environ 5 à 15 minutes. Apportez une serviette dans le sauna sur laquelle vous pouvez vous asseoir ou vous allonger. Quittez la salle de sauna lorsque vous commencez à transpirer librement.
- ÉTAPE #4 Vous pouvez maintenant faire un plongeon froid dans votre piscine, votre douche ou votre banc de neige. Après cela, détendez-vous et rafraîchissez-vous pendant encore 10 à 20 minutes.
- ÉTAPE #5 Rentrez dans le sauna. Lors de cette nouvelle visite, vous pouvez asperger les pierres de petites quantités d'eau pour créer des bouffées de vapeur. Si l'eau se répand à travers le poêle et sur le sol, vous en utilisez trop, mais cela n'endommagera pas le poêle ni le sauna.
- ÉTAPE #6 Après votre dernière visite au sauna, détendez-vous pendant au moins 20 minutes. Prenez une douche avec du savon et de l'eau chaude. Terminez votre douche avec de l'eau plus fraîche pour fermer les pores de votre peau. Ne vous habillez qu'après vous être complètement refroidi.

**NOTE: Quel que soit votre régime de sauna, il est important de vous hydrater en buvant beaucoup d'eau!**

