



WellHealth

## INSTRUCTION MANUAL

# ICE BATH





## SNELLE START

1. Steek de steunpoten in de gaten rond de basis.
2. Zorg ervoor dat de poten onderaan staan en volledig ondersteund worden op een stabiele vlakke ondergrond.
3. Steek de pomp volledig in het ventiel en blaas op tot een gladde luchtstroom (niet overmatig opblazen).
4. Sluit het ventiel na het oppompen af met de veiligheidsdop.
5. Installeer de zwarte sluitring met het aftapkraantje voordat u de pod met water vult.
6. Zodra het ICE BATH gemonteerd is, kunt u beginnen met het vullen met koud water tot ongeveer 15 cm onder de onderkant van de bovenste ring.
7. Om uw ICE BATH te legen, gebruikt u de aftapkraan met de bijgeleverde slang om het water in een nabijgelegen gootsteen of afvoer te legen.

## ONDERHOUD, REINIGING EN OPSLAG

1. Voor het eerste gebruik wassen in een warm sopje, goed afspoelen en afnemen met een schone, droge doek.
2. Gebruik geen sterk bleekmiddel om schoon te maken, want dit kan het materiaal en het waterslot beschadigen.
3. Gebruik de aftapkraan (met slang) om te legen in een nabijgelegen gootsteen of afvoer. Als u de aftapkraan gebruikt, let er dan op dat u niet te veel kracht uitoefent en zorg ervoor dat u deze na gebruik afsluit en regelmatig schoonmaakt. We raden aan om de kraan om de twee tot drie weken leeg te laten lopen, schoon te maken en te drogen.

## VEILIGHEID

**Laat kinderen of kwetsbare volwassenen nooit zonder toezicht achter in de buurt van het bad.**

**Kinderen en kwetsbare volwassenen moeten te allen tijde onder toezicht staan.**

1. Gebruik het product niet langer dan 10-15 minuten achter elkaar om onderkoeling te voorkomen.
2. Als u zich onwel voelt of een van de volgende symptomen ervaart, verlaat dan onmiddellijk het bad en ga naar een warme plaats: rillen of beven, snelle ademhaling, onhandigheid of gebrek aan coördinatie, concentratieproblemen, zich slaperig of bleek voelen of zich onwel voelen of pijn hebben. Drink een warme drank en blijf warm. Als de symptomen verergeren of niet verbeteren, zoek dan medische hulp. Vraag medisch advies voordat u het product opnieuw gebruikt.
3. Als een van je gezinsleden de volgende symptomen van matige tot ernstige onderkoeling vertoont, help hen dan uit het bad te komen en naar een warme plaats te gaan (als het veilig is om dat te doen): onduidelijke spraak, verwarde toestand, lichaamstemperatuur lager dan 36°C, verwijde pupillen, trage en oppervlakkige ademhaling, niet rillen/trillen, slaperigheid of vermoeidheid, trage reactie of bewusteloosheid. Onderkoeling is een medisch noodgeval en vereist onmiddellijke medische verzorging.
4. Plaats geen elektrische apparaten zoals computers, radio's, televisies of telefoons binnen 15 cm van het ijsbad om het risico op elektrische schokken, verwondingen of de dood te vermijden.
5. Niet gebruiken bij slechte weersomstandigheden zoals onweer of harde wind.
6. Materialen kunnen ontbranden of smelten als ze worden blootgesteld aan open vuur of hoge temperaturen.
7. Ga niet op de rand van het ijsbad zitten of staan.
8. Spring nooit in of uit het bad.
9. Gebruik het product alleen op een vlakke, stevige, antislip ondergrond.
10. Gebruik het product niet op hellingen, trappen of in de buurt van water.
11. Drink voldoende water voor en na gebruik om uitdroging te voorkomen.
12. Stop onmiddellijk met het gebruik van het product als u pijn of ongemak voelt.
13. Dit product is alleen bedoeld voor volwassenen. Houd kinderen, huisdieren en lichamelijk zwakke volwassenen uit de buurt van dit product.
14. Laat kinderen, huisdieren en lichamelijk zwakke volwassenen nooit alleen in de buurt van dit product.
15. Dit product is niet bedoeld voor gebruik door personen (inclusief kinderen) met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens of een gebrek aan ervaring en kennis, tenzij zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen van een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.

## DÉMARRAGE RAPIDE

1. Insérez les pieds de support dans les trous autour de la base.
2. Assurez-vous que les pieds sont en bas et entièrement soutenus sur une surface plane et stable.
3. Insérez complètement la pompe dans la valve et gonflez jusqu'à ce que le coussin soit lisse (ne le gonflez pas trop).
4. Une fois gonflé, fermez la valve à l'aide du capuchon de sécurité.
5. Installez la rondelle noire avec le robinet de vidange avant de remplir le coussin d'eau.
6. Une fois l'ICE BATH assemblé, vous pouvez commencer à le remplir d'eau froide jusqu'à environ 15 cm en dessous de la face inférieure de l'anneau supérieur.
7. Pour vider votre ICE BATH, utilisez le robinet de vidange avec le tuyau fourni pour vider l'eau dans un évier ou un drain à proximité.

## ENTRETIEN, NETTOYAGE ET RANGEMENT

1. Avant la première utilisation, lavez-le à l'eau chaude savonneuse, rincez-le soigneusement et essuyez-le avec un chiffon propre et sec.
2. N'utilisez pas d'eau de Javel pour le nettoyer, car cela pourrait endommager le matériau et le joint d'étanchéité.
3. Pour vider la baignoire, utilisez le robinet de vidange (avec tuyau) pour la vider dans un évier ou un drain à proximité. Lorsque vous utilisez le robinet de vidange, veillez à ne pas forcer et assurez-vous de le fermer après utilisation et de le nettoyer régulièrement. Nous recommandons de vider, nettoyer et sécher la baignoire toutes les deux à trois semaines.

## SÉCURITÉ

**Ne laissez jamais des enfants ou des adultes vulnérables sans surveillance à proximité de la baignoire.**

**Les enfants et les adultes vulnérables doivent être surveillés en permanence.**

1. N'utilisez pas le produit pendant plus de 10 à 15 minutes à la fois pour éviter l'hypothermie.
2. Si vous ne vous sentez pas bien ou si vous présentez l'un des symptômes suivants, sortez immédiatement du bain et allez dans un endroit chaud : frissons ou tremblements, respiration rapide, maladresse ou manque de coordination, difficulté à se concentrer, somnolence, pâleur, malaise ou douleur. Buvez une boisson chaude et restez au chaud. Si les symptômes s'aggravent ou ne s'améliorent pas, consultez un médecin. Demandez un avis médical avant de réutiliser le produit.
3. Si l'un des membres de votre famille présente les symptômes suivants d'hypothermie modérée à sévère, aidez-le à sortir du bain et à se rendre dans un endroit chaud (si cela peut se faire en toute sécurité) : élocution difficile, état de confusion, température corporelle inférieure à 36 °C, pupilles dilatées, respiration lente et superficielle, absence de frissons/tremblements, somnolence ou fatigue, réponse lente ou perte de conscience. L'hypothermie est une urgence médicale et nécessite une attention médicale immédiate.
4. Ne placez pas d'appareils électriques tels que des ordinateurs, des radios, des téléviseurs ou des téléphones à moins de 15 cm du bain de glace pour éviter tout risque de choc électrique, de blessure ou de mort.
5. Ne l'utilisez pas dans des conditions météorologiques défavorables telles que des orages ou des vents violents.
6. Tenez-le éloigné de la chaleur et des flammes nues ; les matériaux peuvent s'enflammer ou fondre s'ils sont exposés à des flammes nues ou à des températures élevées.
7. Ne vous asseyez pas et ne vous tenez pas debout sur le bord du bain de glace.
8. Ne jamais sauter dans ou hors du bain.
9. Utiliser le produit uniquement sur une surface plane, ferme et antidérapante.
10. Ne pas utiliser le produit sur des pentes, des talus, près d'escaliers ou près de plans d'eau.
11. Boire beaucoup d'eau avant et après l'utilisation pour éviter la déshydratation.
12. Cesser immédiatement d'utiliser le produit en cas de douleur ou d'inconfort.
13. Ce produit est destiné aux adultes uniquement. Tenez les enfants, les animaux domestiques et les adultes physiquement faibles à l'écart de ce produit.
14. Ne laissez jamais les enfants, les animaux domestiques et les adultes physiquement faibles seuls à proximité de ce produit.
15. Ce produit n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (y compris les enfants) ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou manquant d'expérience et de connaissances, sauf si elles sont supervisées ou ont reçu des instructions d'une personne responsable de leur sécurité.

## SCHNELLSTART

1. Setzen Sie die Stützbeine in die Löcher um die Basis herum ein.
2. Achten Sie darauf, dass die Füße unten sind und vollständig auf einer stabilen, ebenen Fläche stehen.
3. Setzen Sie die Pumpe vollständig in das Ventil ein und pumpen Sie sie auf, bis sie glatt ist (nicht zu stark aufpumpen).
4. Verschließen Sie das Ventil nach dem Aufpumpen mit der Sicherheitskappe.
5. Setzen Sie die schwarze Unterlegscheibe mit dem Ablasshahn ein, bevor Sie den Behälter mit Wasser füllen.
6. Sobald das ICE BATH zusammengebaut ist, können Sie damit beginnen, es mit kaltem Wasser zu füllen, bis es etwa 15 cm unter der Unterseite des oberen Rings steht.
7. Um Ihr ICE BATH zu entleeren, verwenden Sie den Ablasshahn mit dem mitgelieferten Schlauch, um das Wasser in ein nahe gelegenes Waschbecken oder einen Abfluss zu entleeren.

## WARTUNG, REINIGUNG UND LAGERUNG

1. Vor der ersten Verwendung in warmem Seifenwasser waschen, gut abspülen und mit einem sauberen, trockenen Tuch abwischen.
2. Verwenden Sie zur Reinigung keine starken Bleichmittel, da diese das Material und die Wasserdichtung beschädigen können.
3. Zum Entleeren verwenden Sie den Ablasshahn (mit Schlauch), um das Wasser in ein nahe gelegenes Waschbecken oder einen Abfluss abzulassen. Achten Sie bei der Verwendung des Ablasshahns darauf, keine übermäßige Kraft anzuwenden, und stellen Sie sicher, dass Sie ihn nach Gebrauch schließen und regelmäßig reinigen. Wir empfehlen, die Wanne alle zwei bis drei Wochen zu entleeren, zu reinigen und zu trocknen.

## SICHERHEIT

**Lassen Sie Kinder oder schutzbedürftige Erwachsene niemals unbeaufsichtigt in der Nähe der Wanne. Kinder und schutzbedürftige Erwachsene müssen jederzeit beaufsichtigt werden.**

1. Verwenden Sie das Produkt nicht länger als 10–15 Minuten am Stück, um Unterkühlung zu vermeiden.
2. Wenn Sie sich unwohl fühlen oder eines der folgenden Symptome verspüren, verlassen Sie das Bad sofort und begeben Sie sich an einen warmen Ort: Zittern oder Beben, schnelle Atmung, Ungeschicklichkeit oder Koordinationsschwierigkeiten, Konzentrationsschwierigkeiten, Schläfrigkeit, Blässe oder Unwohlsein oder Schmerzen. Trinken Sie ein heißes Getränk und halten Sie sich warm. Wenn sich die Symptome verschlimmern oder nicht bessern, suchen Sie einen Arzt auf. Holen Sie vor der erneuten Verwendung des Produkts ärztlichen Rat ein.
3. Wenn eines Ihrer Familienmitglieder die folgenden Symptome einer mittelschweren bis schweren Unterkühlung aufweist, helfen Sie ihm, aus dem Bad herauszukommen und an einen warmen Ort zu gehen (wenn dies sicher ist): undeutliche Sprache, Verwirrtheit, Körpertemperatur unter 36 °C, erweiterte Pupillen, langsame und flache Atmung, kein Zittern/Zittern, Schläfrigkeit oder Müdigkeit, langsame Reaktion oder Bewusstlosigkeit. Unterkühlung ist ein medizinischer Notfall und erfordert sofortige ärztliche Hilfe.
4. Stellen Sie keine elektrischen Geräte wie Computer, Radios, Fernseher oder Telefone näher als 15 cm an das Eisbad heran, um das Risiko eines Stromschlags, einer Verletzung oder des Todes zu vermeiden.
5. Verwenden Sie es nicht bei ungünstigen Wetterbedingungen wie Gewittern oder starkem Wind.
6. Halten Sie es von Hitze und offenen Flammen fern; die Materialien können sich entzünden oder schmelzen, wenn sie offenen Flammen oder hohen Temperaturen ausgesetzt werden.
7. Setzen oder stellen Sie sich nicht auf den Rand des Eisbades.
8. Springen Sie niemals in das Eisbad hinein oder aus ihm heraus.
9. Verwenden Sie das Produkt nur auf einer ebenen, festen und rutschfesten Oberfläche.
10. Verwenden Sie das Produkt nicht an Hängen, Steigungen, in der Nähe von Treppen oder in der Nähe von Gewässern.
11. Trinken Sie vor und nach der Anwendung viel Wasser, um eine Dehydrierung zu vermeiden.
12. Beenden Sie die Anwendung des Produkts sofort, wenn Sie Schmerzen oder Unwohlsein verspüren.
13. Dieses Produkt ist nur für Erwachsene bestimmt. Halten Sie Kinder, Haustiere und körperlich schwache Erwachsene von diesem Produkt fern.
14. Lassen Sie Kinder, Haustiere und körperlich schwache Erwachsene niemals allein in der Nähe dieses Produkts.
15. Dieses Produkt ist nicht für die Verwendung durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis vorgesehen, es sei denn, sie werden von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt oder unterwiesen.

## AVVIO RAPIDO

1. Inserire i piedini di supporto nei fori intorno alla base.
2. Assicurarsi che i piedini siano in basso e completamente appoggiati su una superficie piana e stabile.
3. Inserire completamente la pompa nella valvola e gonfiare fino a quando non è liscia (non gonfiare eccessivamente).
4. Una volta gonfiata, sigillare la valvola utilizzando il tappo di sicurezza.
5. Installare la rondella nera con il rubinetto di scarico prima di riempire il boccale con acqua.
6. Una volta assemblato l'ICE BATH, è possibile iniziare a riempirlo con acqua fredda fino a circa 15 cm sotto la parte inferiore dell'anello superiore.
7. Per svuotare l'ICE BATH, utilizzare il rubinetto di scarico con il tubo flessibile in dotazione per svuotare l'acqua in un lavandino o scarico nelle vicinanze.

## MANUTENZIONE, PULIZIA E CONSERVAZIONE

1. Prima di utilizzare per la prima volta, lavare in acqua calda e sapone, risciacquare bene e asciugare con un panno pulito e asciutto.
2. Non utilizzare candeggina forte per la pulizia, in quanto ciò potrebbe danneggiare il materiale e la tenuta stagna.
3. Per svuotare, utilizzare il rubinetto di scarico (con tubo flessibile) per scaricare in un lavandino o scarico vicino. Quando si utilizza il rubinetto di scarico, fare attenzione a non applicare una forza eccessiva e assicurarsi di chiuderlo dopo l'uso e pulirlo regolarmente. Si consiglia di svuotare, pulire e asciugare ogni due o tre settimane.

## SICUREZZA

**Non lasciare mai bambini o adulti vulnerabili incustoditi vicino alla vasca.**

**I bambini e gli adulti vulnerabili devono essere sorvegliati in ogni momento.**

1. Non utilizzare il prodotto per più di 10-15 minuti alla volta per evitare l'ipotermia.
2. Se non si sente bene o manifesta uno dei seguenti sintomi, lasci immediatamente la vasca e si rechi in un luogo caldo: brividi o tremori, respiro accelerato, goffaggine o mancanza di coordinazione, difficoltà di concentrazione, sonnolenza, pallore, malessere o dolore. Beva una bevanda calda e si tenga al caldo. Se i sintomi peggiorano o non migliorano, consulti un medico. Consulti un medico prima di utilizzare nuovamente il prodotto.
3. Se uno qualsiasi dei membri della tua famiglia mostra i seguenti sintomi di ipotermia da moderata a grave, aiutalo a uscire dalla vasca e a spostarsi in un luogo caldo (se è sicuro farlo): difficoltà di parola, stato confusionale, temperatura corporea inferiore a 36 °C, pupille dilatate, respiro lento e superficiale, assenza di brividi/tremori, sonnolenza o affaticamento, risposta lenta o perdita di coscienza. L'ipotermia è un'emergenza medica e richiede cure mediche immediate.
4. Non collocare apparecchi elettrici come computer, radio, televisori o telefoni entro 15 cm dal bagno di ghiaccio per evitare il rischio di scosse elettriche, lesioni o morte.
5. Non utilizzare in condizioni meteorologiche avverse come temporali o venti forti.
6. Tenere lontano da fonti di calore e fiamme libere; i materiali possono incendiarsi o fondersi se esposti a fiamme libere o alte temperature.
7. Non sedersi o sostare sul bordo del bagno di ghiaccio.
8. Non saltare mai dentro o fuori dalla vasca.
9. Utilizzare il prodotto solo su una superficie piana, solida e antiscivolo.
10. Non utilizzare il prodotto su pendii, scarpate, vicino a scale o a specchi d'acqua.
11. Bere molta acqua prima e dopo l'uso per evitare la disidratazione.
12. Interrompere immediatamente l'uso del prodotto in caso di dolore o fastidio.
13. Questo prodotto è destinato esclusivamente agli adulti. Tenere lontani da questo prodotto bambini, animali domestici e adulti fisicamente deboli.
14. Non lasciare mai bambini, animali domestici e adulti fisicamente deboli da soli vicino a questo prodotto.
15. Questo prodotto non è destinato all'uso da parte di persone (compresi i bambini) con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o con mancanza di esperienza e conoscenza, a meno che non siano supervisionate o istruite da una persona responsabile della loro sicurezza.

## INICIO RÁPIDO

1. Inserte las patas de apoyo en los orificios alrededor de la base.
2. Asegúrese de que las patas estén en la parte inferior y completamente apoyadas sobre una superficie plana y estable.
3. Inserte la bomba completamente en la válvula e infle hasta que esté suave (no infle demasiado).
4. Una vez inflado, selle la válvula con la tapa de seguridad.
5. Instale la arandela negra con el grifo de drenaje antes de llenar la cápsula con agua.
6. Una vez montado el ICE BATH, puede empezar a llenarlo con agua fría hasta aproximadamente 15 cm por debajo de la parte inferior del anillo superior.
7. Para vaciar su ICE BATH, utilice el grifo de drenaje con la manguera incluida para vaciar el agua en un fregadero o desagüe cercano.

## MANTENIMIENTO, LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO

1. Antes de usar por primera vez, lavar con agua tibia y jabón, enjuagar bien y secar con un paño limpio y seco.
2. No usar lejía fuerte para limpiar, ya que puede dañar el material y el sello de agua.
3. Para vaciarla, utilice el grifo de desagüe (con manguera) para vaciarla en un fregadero o desagüe cercano. Cuando utilice el grifo de desagüe, tenga cuidado de no aplicar una fuerza excesiva y asegúrese de cerrarlo después de usarlo y limpiarlo regularmente. Recomendamos vaciarla, limpiarla y secarla cada dos o tres semanas.

## SEGURIDAD

**Nunca deje a niños o adultos vulnerables sin supervisión cerca de la bañera.**

**Los niños y adultos vulnerables deben ser supervisados en todo momento.**

1. No utilice el producto durante más de 10-15 minutos seguidos para evitar la hipotermia.
2. Si no se siente bien o experimenta alguno de los siguientes síntomas, salga de la bañera inmediatamente y vaya a un lugar cálido: temblores, respiración rápida, torpeza o falta de coordinación, dificultad para concentrarse, sensación de somnolencia, palidez o sensación de malestar o dolor. Beba una bebida caliente y manténgase caliente. Si los síntomas empeoran o no mejoran, busque atención médica. Busque consejo médico antes de volver a utilizar el producto.
3. Si alguno de los miembros de su familia muestra los siguientes síntomas de hipotermia de moderada a grave, ayúdelos a salir de la bañera y a ir a un lugar cálido (si es seguro hacerlo): dificultad para hablar, estado de confusión, temperatura corporal inferior a 36 °C, pupilas dilatadas, respiración lenta y superficial, ausencia de escalofríos/temblores, somnolencia o fatiga, respuesta lenta o pérdida de conciencia. La hipotermia es una emergencia médica y requiere atención médica inmediata.
4. No coloque aparatos eléctricos como ordenadores, radios, televisores o teléfonos a menos de 15 cm del baño de hielo para evitar el riesgo de descarga eléctrica, lesiones o muerte.
5. No lo utilice en condiciones meteorológicas adversas, como tormentas eléctricas o vientos fuertes.
6. Manténgalo alejado del calor y de las llamas abiertas; los materiales pueden inflamarse o derretirse si se exponen a llamas abiertas o altas temperaturas.
7. No se siente ni se ponga de pie en el borde del baño de hielo.
8. Nunca salte dentro o fuera de la bañera.
9. Utilice el producto únicamente sobre una superficie plana, firme y antideslizante.
10. No utilice el producto en laderas, pendientes, cerca de escaleras o cerca de masas de agua.
11. Beba mucha agua antes y después de su uso para evitar la deshidratación.
12. Deje de utilizar el producto inmediatamente si siente algún dolor o molestia.
13. Este producto está destinado únicamente a adultos. Mantenga a los niños, las mascotas y los adultos con debilidad física alejados de este producto.
14. Nunca deje solos a niños, mascotas y adultos con debilidad física cerca de este producto.
15. Este producto no está destinado a ser utilizado por personas (incluidos niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o con falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan sido supervisados o instruidos por una persona responsable de su seguridad.

## QUICK START

1. Insert the support legs into the holes around the base.
2. Ensure the feet are at the bottom and fully supported on a stable flat surface.
3. Insert the pump fully into the valve and inflate until smooth (do not overinflate).
4. Once inflated, seal the valve using the safety cap.
5. Install the black washer with the drain tap before filling the pod with water.
6. Once the ICE BATH is assembled, you can begin to fill it with cold water until roughly 15cm below the underside of the top ring.
7. To empty your ICE BATH, use the drain tap with the included hose to empty the water into a nearby sink or drain.

## MAINTENANCE, CLEANING & STORAGE

1. Before using for the first time, wash in warm soapy water, rinse well and wipe with a clean, dry cloth.
2. Do not use strong bleach to clean, as this may damage the material and the water seal.
3. To empty, use the drain tap (with hose) to drain into a nearby sink or drain. When using the drain tap, be careful not to apply excessive force, and be sure to close it after use and clean it regularly. We recommend draining, cleaning and drying every two to three weeks.

## SAFETY

**Never leave children or vulnerable adults unattended near the tub.**

**Children and vulnerable adults must be supervised at all times.**

1. Do not use the product for more than 10–15 minutes at a time to avoid hypothermia.
2. If you feel unwell or experience any of the following symptoms, get out of the bath immediately and go to a warm place: shivering or trembling, rapid breathing, clumsiness or lack of coordination, difficulty concentrating, drowsiness, pale skin or feeling unwell or in pain. Drink a hot drink and wrap up well. If symptoms worsen or do not improve, seek medical attention. Consult a doctor before using this product again.
3. If any of your family members show any of the following moderate to severe hypothermia symptoms, help them get out of the bathtub and move to a warm place (if it is safe to do so): slurred speech, confused, body temperature below 96°F, pupils dilated, slow and shallow breathing, no shivering/shaking, drowsiness or fatigue, slow response or unconsciousness. Hypothermia is a medical emergency and immediate medical attention is required.
4. Do not place electrical appliances such as computers, radios, televisions, or telephones within 6 feet of the bathtub to avoid the risk of electric shock, injury, or death.
5. Do not use in severe weather conditions such as electrical storms or high winds.
6. Keep away from heat and open flames; material may ignite or melt if exposed to open flames or heat.
7. Do not sit or stand on the edge of the tub.
8. Never jump into or out of the bath.
9. Only use the product on a flat, firm, non-slip surface.
10. Do not use on hillsides, slopes, near stairs or near bodies of water.
11. Drink plenty of water before and after use to avoid dehydration.
12. Stop using the product immediately if you feel any pain or discomfort.
13. This product is intended for adults only. Keep children, pets and weak adults away from the product.
14. Never leave children, pets and vulnerable adults alone near the product.
15. This product is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction by a person responsible for their safety.

## SZYBKI START

1. Włóż wsporniki do otworów wokół podstawy.
2. Upewnij się, że nóżki znajdują się na dole i są w pełni podparte na stabilnej, płaskiej powierzchni.
3. Całkowicie włożyć pompkę do zaworu i napompować do uzyskania gładkiej powierzchni (nie przepompowywać).
4. Po napompowaniu uszczelnij zawór za pomocą nasadki zabezpieczającej.
5. Zamontuj czarną podkładkę z zaworem spustowym przed napełnieniem zbiornika wodą.
6. Po zmontowaniu wanny ICE BATH można rozpocząć napełnianie jej zimną wodą do poziomu około 15 cm poniżej dolnej krawędzi górnego pierścienia.
7. Aby opróżnić wannę ICE BATH, użyj kranu spustowego z dołączonym węzłem, aby opróżnić wodę do pobliskiego zlewu lub odpływu.

## KONSERWACJA, CZYSZCZENIE I PRZECHOWYWANIE

1. Przed pierwszym użyciem umyć w ciepłej wodzie z mydłem, dobrze spłukać i wytrzeć czystą, suchą szmatką.
2. Do czyszczenia nie należy używać silnych wybielaczy, ponieważ mogą one uszkodzić materiał i uszczelnienie wodne.
3. W celu opróżnienia należy użyć kranu spustowego (z węzłem), aby spuścić wodę do pobliskiego zlewu lub odpływu. Podczas korzystania z kranu spustowego należy uważać, aby nie użyć nadmiernej siły, zamknąć go po użyciu i regularnie czyścić. Zalecamy opróżnianie, czyszczenie i suszenie co dwa do trzech tygodni.

## BEZPIECZEŃSTWO

**W pobliżu wanny nigdy nie należy pozostawiać dzieci ani osób dorosłych bez opieki. Dzieci i osoby dorosłe wymagające szczególnego nadzoru muszą być nadzorowane przez cały czas.**

1. Nie używaj produktu dłużej niż 10-15 minut, aby uniknąć hipotermii.
2. W przypadku złego samopoczucia lub wystąpienia któregośkolwiek z poniższych objawów należy natychmiast opuścić wannę i udać się w ciepłe miejsce: dreszcze lub drżenie, przyspieszony oddech, niezdarność lub brak koordynacji, trudności z koncentracją, senność, błądliwość, złe samopoczucie lub ból. Wypij gorący napój i utrzymuj ciepło. Jeśli objawy nasilą się lub nie ustąpią, należy skontaktować się z lekarzem. Przed ponownym użyciem produktu należy zasięgnąć porady lekarza.
3. Jeśli którykolwiek z członków rodziny wykazuje następujące objawy umiarkowanej lub ciężkiej hipotermii, należy pomóc mu wyjść z wanny i przenieść w ciepłe miejsce (jeśli jest to bezpieczne): niewyraźna mowa, stan dezorientacji, temperatura ciała poniżej 36°C, rozszerzone źrenice, powolny i płytki oddech, brak dreszczy, senność lub zmęczenie, powolna reakcja lub utrata przytomności. Hipotermia jest nagłym przypadkiem medycznym i wymaga natychmiastowej pomocy medycznej.
4. Nie należy używać urządzeń elektrycznych, takich jak komputery, radia, telewizory lub telefony, w odległości mniejszej niż 15 cm od wanny z lodem, aby uniknąć ryzyka porażenia prądem, obrażeń lub śmierci.
5. Nie używać w niekorzystnych warunkach pogodowych, takich jak burze lub silny wiatr.
6. Przechowywać z dala od źródeł ciepła i otwartego ognia; materiały mogą się zapalić lub stopić, jeśli zostaną wystawione na działanie otwartego ognia lub wysokiej temperatury.
7. Nie siedzieć ani nie stać na krawędzi łaźni lodowej.
8. Nie wolno wskakiwać ani wyskakiwać z wanny.
9. Produktu należy używać wyłącznie na płaskiej, twardej, antypoślizgowej powierzchni.
10. Nie używaj produktu na zboczach, pochyłościach, w pobliżu schodów lub zbiorników wodnych.
11. Pić dużo wody przed i po użyciu, aby uniknąć odwodnienia.
12. Natychmiast zaprzestać korzystania z produktu w przypadku odczuwania bólu lub dyskomfortu.
13. Ten produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Dzieci, zwierzęta domowe i słabe fizycznie osoby dorosłe należy trzymać z dala od tego produktu.
14. Nigdy nie zostawiaj dzieci, zwierząt domowych i słabych fizycznie dorosłych samych w pobliżu tego produktu.
15. Ten produkt nie jest przeznaczony do użytku przez osoby (w tym dzieci) o ograniczonych zdolnościach fizycznych, sensorycznych lub umysłowych lub nieposiadające doświadczenia i wiedzy, chyba że są one nadzorowane lub poinstruowane przez osobę odpowiedzialną za ich bezpieczeństwo.

