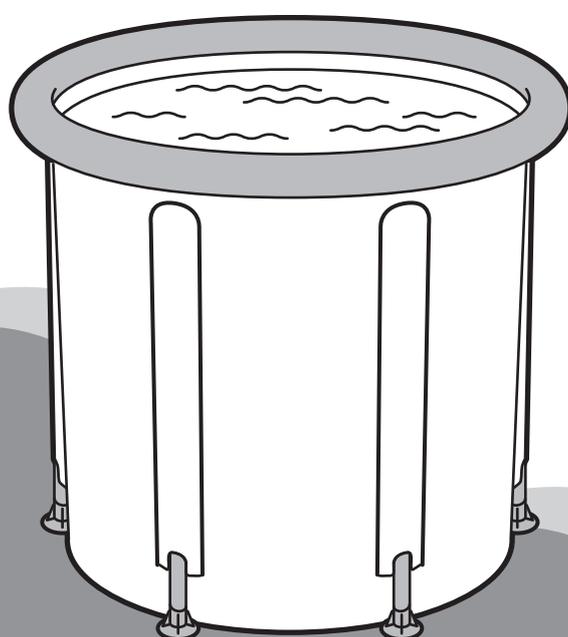


# FunSicle®

# Eistonne

*Erfrischen und entspannen Sie sich im eigenen Garten*



## Benutzerhandbuch

# Willkommen!

In wenigen Minuten können Sie Ihre Funsicle Ice Well Eisbad genießen. Lesen Sie vor dem Aufbau und dem Entspannen darin die gesamte Bedienungsanleitung durch (und bewahren Sie sie griffbereit auf!), um wichtige Sicherheitsrichtlinien für die Einrichtung und das Eintauchen zu erhalten. Weitere Tipps finden Sie in unserem Funsicle-Sicherheitsvideo unter: <https://funsicle.com/pages/safety>.

## Sicherheitsrichtlinien

### WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Bei der Installation und Verwendung dieses Produkts müssen stets grundlegende Sicherheitsvorkehrungen befolgt werden, einschließlich folgender:

### LESEN UND BEFOLGEN SIE ALLE ANWEISUNGEN

Bewahren Sie dieses Benutzerhandbuch zum späteren Nachschlagen auf. Die Nichtbeachtung dieser Warnungen und Anweisungen kann zu schwerwiegenden Verletzungen oder Tod von Benutzern führen, insbesondere von Kindern.

### Standortanforderungen

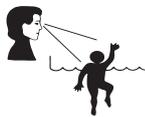


- Stellen Sie das Eisbad nur auf ebenem, stabilem und festem Boden auf.
- Stellen Sie dieses Produkt nicht auf Sandflächen auf.

**Bei Nichtbeachtung dieser Anweisungen erlischt die Garantie.**

### Warnungen

#### ⚠ ACHTUNG:



#### VERHINDERN SIE ERTRINKEN UND UNBEFUGTEN ZUGANG

- Überwachen Sie Minderjährige genau, die sich im Eisbad oder in dessen Nähe aufhalten.
- Bei Kindern unter fünf Jahren ist die Gefahr des Ertrinkens am höchsten.
- Lassen Sie Kinder während der Benutzung nicht unbeaufsichtigt.
- Nur unter fachkundiger Aufsicht verwenden.
- Entfernen Sie alle Einstiegsvorrichtungen oder leeren Sie Eisbad, wenn es nicht verwendet wird.



#### NICHT SPRINGEN!

- Sie können sich das Genick brechen und gelähmt werden.



#### STÜRZE VERMEIDEN

- Setzen Sie sich nicht auf die Wand dieses Produkts und legen Sie sich nicht darüber.
- Sie können sich dauerhaft verletzen.



#### VERMEIDEN SIE DAS EINKLEMMEN/ HÄNGENBLEIBEN

- Halten Sie sich von den Ablassventilen fern. Ihre Haare, Ihr Körper und Ihr Schmuck können in den Abfluss gesaugt werden. Sie könnten unter Wasser gezogen werden und ertrinken.
- Verwenden Sie das Eisbad nicht, wenn die Abdeckung des Ablassventils fehlt oder beschädigt ist.

- Auf- und Abbau nur durch Erwachsene.

- Um Ertrinken oder dauerhafte Verletzungen bei der Verwendung dieses Produkts zu verhindern, sind eine kompetente Aufsicht und Kenntnis der Sicherheitsanforderungen erforderlich.

Lesen und befolgen Sie alle Sicherheitsinformationen und Montageanweisungen im Benutzerhandbuch.

### Sicherheitshinweise zur

#### ⚠ ACHTUNG:

#### VERMEIDEN SIE DIE GEFAHR DES ERTRINKENS.

- NICHT AUF DIE ABDECKUNG STEIGEN – TRÄGT KEIN GEWICHT.
- HALTEN SIE KINDER FERN. KINDER ODER GEGENSTÄNDE SIND UNTER DER ABDECKUNG NICHT ZU SEHEN.
- ENTFERNEN SIE STEHENDES WASSER – KINDER KÖNNEN AUF DER ABDECKUNG ERTRINKEN.
- VOR DEM EINSTIEG VON BADENDEN PERSONEN DIE ABDECKUNG VOLLSTÄNDIG ENTFERNEN – FESTSTECKEN MÖGLICH.
- UNGESICHERTE ODER FALSCH GESICHERTE ABDECKUNGEN SIND EINE GEFAHR.

- NICHTBEACHTUNG ALLER ANWEISUNGEN KANN ZU VERLETZUNGEN ODER ERTRINKEN FÜHREN.
- DIES IST KEINE SICHERHEITABDECKUNG.
- ABDECKUNG MIT ETIKETTEN NACH OBEN INSTALLIEREN.
- DIESE ABDECKUNG GEHÖRT ZUR KLASSIFIZIERUNG „ANDERE ABDECKUNGEN (OC)“ UND ERFÜLLT DIE IN DER SPEZIFIKATION F-1346 (ASTM) BESCHRIEBENEN ANFORDERUNGEN.

## GEFAHREN

**Kindersicherheit:** Das Funsicle Ice Well Eisbad (im Folgenden „das Eisbad“) ist nicht für die Verwendung durch Kinder unter 18 Jahren geeignet, es sei denn, sie haben die Zustimmung eines Arztes und stehen unter ständiger Aufsicht. Für Kinder, insbesondere für Kinder unter fünf Jahren, besteht ein hohes Risiko des Ertrinkens. Das Ertrinken geschieht lautlos und schnell und kann bereits in einer Wassertiefe von nur 5 cm stattfinden. Wenn Sie nach einem vermissten Kind suchen, überprüfen Sie zuerst das Eisbad, auch wenn Sie vermuten, dass sich das Kind im Haus befindet. Spielzeuge, Stühle, Tische oder ähnliche Objekte, auf die ein kleines Kind klettern könnte, sollten mindestens 120 cm vom Eisbad entfernt sein. Denken Sie daran, das Eisbad zu entleeren oder den Zugang zu verhindern, wenn es nicht verwendet wird.

**Ertrinken verhindern:** Sichern Sie das Eisbad bei Nichtgebrauch stets mit der mitgelieferten Abdeckung, um Kindern und Haustieren den einfachen Zugang zu verwehren. Obwohl diese Abdeckung eine wichtige Sicherheitsmaßnahme darstellt, muss unbedingt beachtet werden, dass er keinen vollständigen Schutz vor dem Eindringen von Menschen oder Haustieren bietet. Die beste Schutzmaßnahme besteht darin, das Eisbad bei Nichtgebrauch vollständig wegzuräumen. Bitte stellen Sie sicher, dass zusätzliche Maßnahmen zum Schutz vor unbefugtem Zugang getroffen werden.

**Vorsicht bei der Verwendung, um Verletzungen zu vermeiden:** Seien Sie beim Betreten und Verlassen des Eisbads vorsichtig. Setzen oder legen Sie sich nicht auf den Rand oder die Wand. Springen Sie nicht ein und stehen Sie nicht darin. Erlauben Sie niemals das Herumspielen, Tauchen oder Springen in oder um das Eisbad. Dies könnte zu schweren Verletzungen, Lähmungen oder zum Tod führen. Erlauben Sie niemandem, das Eisbad unbeaufsichtigt und alleine zu benutzen. Führen Sie unter Wasser keine Aktivitäten durch, bei denen Sie über längere Zeit den Atem anhalten müssen. Es besteht die Gefahr einer Ohnmacht und des Ertrinkens.

**Bewusstsein für Unterkühlung:** Das Eintauchen in kaltes Wasser kann zu Unterkühlung führen, einem potenziell lebensbedrohlichen Zustand. Wenn bei Ihnen Symptome wie heftiges Zittern, Trägheit oder blaue Haut auftreten, beenden Sie die Anwendung sofort und suchen Sie ärztliche Hilfe auf.

**Warnung bei längerem Gebrauch:** Bei längerer Verwendung des Eisbads besteht die Gefahr einer Unterkühlung. Gehen Sie verantwortungsvoll damit um und machen Sie bei Bedarf Pausen.

**Bewusstsein für Kälteschock:** Plötzliches Eintauchen in kaltes Wasser kann einen Kälteschock auslösen, der Panik oder Veränderungen der Atmung und Herzfrequenz zur Folge hat. Benutzen Sie das Eisbad unter Aufsicht, bis Sie mit seinen Auswirkungen auf Ihren Körper vertraut sind.

**Vermeiden Sie Alkohol und Drogen:** Der Konsum von Alkohol oder Drogen vor oder während der Nutzung des Eisbads kann das Unfall- oder Ertrinkungsrisiko erheblich erhöhen. Verzichten Sie auf den Konsum vor und während des Eintauchens.

**Einklemmungs-/Ertrinkungsgefahr:** Stellen Sie sicher, dass alle Ventilanschlüsse intakt sind und ordnungsgemäß funktionieren, um Einklemmen und Ertrinken zu verhindern. Wenden Sie sich bei Bedarf an unser Funsicle-Supportteam, um Hilfe mit Ersatzteilen zu erhalten.

**Unfälle verhindern:** Überprüfen Sie die Auskleidung regelmäßig auf Anzeichen von Verschleiß oder lose Teile, die das Eisbad unsicher machen könnten.

## WARNHINWEISE ZUR GESUNDHEIT UND ELEKTRISCHEN SICHERHEIT

**Medizinische Beratung:** Konsultieren Sie einen zugelassenen Arzt, bevor Sie das Eisbad verwenden, wenn Sie schwanger sind, übergewichtig sind, einen Herzschrittmacher tragen oder in der Krankengeschichte bestimmte Erkrankungen vorliegen, darunter (jedoch nicht beschränkt auf) Bluthochdruck, Herzkrankheiten, Hypertonie oder andere Kreislaufprobleme.<sup>1</sup>

**Medikamentenwarnung:** Wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz beeinflussen oder Schläfrigkeit verursachen können, konsultieren Sie vor der Verwendung des Eisbads einen Arzt.

**Vorsichtsmaßnahmen gegen Infektionskrankheiten:** Zur Sicherheit aller Benutzer sollten Sie das Eisbad nicht verwenden, wenn Sie an einer Infektionskrankheit leiden, offene Wunden oder schwere Hauterkrankungen haben.

**Beaufsichtigte Verwendung:** Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten sollten das Eisbad nur unter Aufsicht benutzen.

**Erste Hilfe:** Bewahren Sie in der Nähe des Eisbads ein funktionierendes Telefon und eine Liste mit Notrufnummern auf. Lassen Sie sich in Herz-Lungen-Wiederbelebung (CPR) zertifizieren. Im Notfall kann die sofortige Anwendung der Herz-Lungen-Wiederbelebung Leben retten.

**Temperaturprüfung:** Um Verletzungen zu vermeiden, überprüfen Sie vor dem Betreten des Eisbads stets die Wassertemperatur mit dem im Lieferumfang enthaltenen Thermometer. Die empfohlenen Wassertemperaturen finden Sie in unseren Richtlinien. Dies sind die Höchst- und Mindesttemperaturen, denen das Eisbad standhalten kann.

**Vorsicht beim Ein- und Aussteigen:** Seien Sie beim Betreten und Verlassen des Eisbads vorsichtig, um Verletzungen zu vermeiden.

**Elektrische Gefahr:** Stromschlaggefahr. Stellen Sie das Eisbad mindestens 2 Meter von allen Steckdosen und

elektrischen Geräten entfernt auf. Halten Sie zu allen Elektrogeräten wie Lampen, Haartrocknern oder Fernsehgeräten einen Abstand von mindestens 2 Metern ein. Stellen Sie sicher, dass sich in der Nähe keine elektrischen Leitungen befinden, auch keine Lichtmasten oder Telefonkabel.

**Kein Trockeneis verwenden:** Vermeiden Sie die Verwendung von Trockeneis im Eisbad. Trockeneis ist verfestigtes Kohlendioxid und birgt ernsthafte Gesundheits- und Sicherheitsrisiken. Wir empfehlen die Verwendung von normalen Eisbeuteln, die Sie in Ihrem örtlichen Lebensmittelladen oder Supermarkt erhalten.

## VORSICHTSMASSNAHMEN BEI EINRICHTUNG UND WARTUNG

**Solides Fundament:** Stellen Sie unabhängig vom Aufstellungsort sicher, dass das Fundament stabil und die Fläche eben ist, um das Gewicht des Eisbads zu tragen. Vermeiden Sie Bodenneigungen und schwere Gegenstände (wie große Äste oder instabile Überhänge).

**Montage nur durch Erwachsene:** Das Eisbad kann potenziell gefährliche scharfe Kanten, scharfe Spitzen oder kleine Teile enthalten.

**Erstickengefahr vermeiden:** Bewahren Sie die für dieses Produkt verwendete Plastiktüte außerhalb der Reichweite von Babys und Kindern auf. Verwenden Sie die Tüte nicht in Kinderbetten, Betten, Kinderwagen oder Laufställen. Die Plastiktüte könnte Nase und Mund blockieren und das Atmen verhindern. Die Plastiktüte ist kein Spielzeug.

## UNTERKÜHLUNG – WAS SIE WISSEN SOLLTEN

Längeres Eintauchen in kaltes Wasser kann zu Unterkühlung führen. Für die Sicherheit sind das Verständnis der Wärmeregulierungsmechanismen des Körpers und das Erkennen der Anzeichen einer Unterkühlung von entscheidender Bedeutung:

**Leichte Hypothermie:** Zu den Symptomen zählen Zittern, Gänsehaut und Schwierigkeiten bei komplexen motorischen Fähigkeiten.

**Mäßige Hypothermie:** Die Symptome verschlimmern sich und umfassen heftiges Zittern, Trägheit, Sprachprobleme und Schwierigkeiten mit der Feinmotorik.

**Schwere Unterkühlung:** Zu den Symptomen zählen Muskelsteifheit, Benommenheit, kein Zittern mehr, blaue Haut, unregelmäßiger Herzschlag und Bewusstlosigkeit.

## RICHTLINIEN ZUR WASSERTEMPERATUR

Für optimalen Genuss und Sicherheit ist es wichtig, in Ihrem Eisbad die richtige Wassertemperatur aufrechtzuerhalten. Hier sind einige Richtlinien, die Sie befolgen sollten:

**Temperaturbereich:** Experten gehen davon aus, dass der typische Temperaturbereich für ein Eisbad zwischen 10 °C und 15,5 °C liegt – siehe Referenzquellen unten. Dieser Bereich bietet den Benutzern ein erfrischendes und belebendes Erlebnis.<sup>2</sup> Die minimalen und maximalen Temperaturen, denen das Eisbad standhalten kann, liegen zwischen -20 und 65 °C.

**Benutzervorlieben:** Bedenken Sie, dass individuelle Vorlieben unterschiedlich sein können. Manche Benutzer bevorzugen je nach Komfortniveau und Verwendungszweck des Eisbads möglicherweise etwas wärmere oder kühlere Temperaturen.

**Regelmäßige Überwachung:** Es ist wichtig, die Wassertemperatur regelmäßig mit einem zuverlässigen Thermometer zu überwachen. Ihr Ice Well-Produkt verfügt über ein Thermometer, das dafür sorgt, dass die Temperatur für ein angenehmes und sicheres Erlebnis im gewünschten Bereich bleibt.

**Einstellung:** Wenn die Wassertemperatur vom gewünschten Bereich abweicht, ergreifen Sie entsprechende Maßnahmen, um sie entsprechend anzupassen. Hierzu kann die Zugabe von Eis oder wärmerem Wasser erforderlich sein.

## Vor dem Eintauchen in das Eisbad

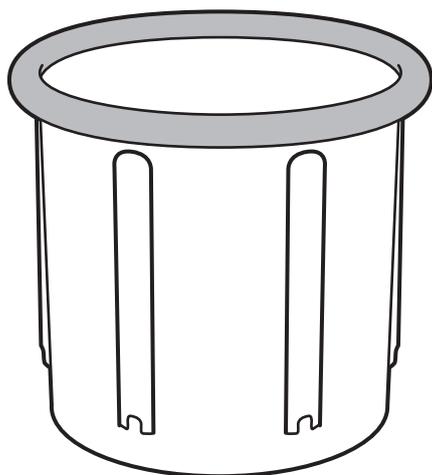
Bevor Sie über ein Eintauchen in das Eisbad nachdenken, müssen Sie Ihrer Gesundheit und Sicherheit höchste Priorität einräumen. Konsultieren Sie immer Ihren Arzt, insbesondere wenn bei Ihnen gesundheitliche Probleme vorliegen, wie z. B. ein hoher Stresspegel, eine Herzerkrankung, Sie Herzmedikamente einnehmen oder unter Kreislaufproblemen wie dem Raynaud-Syndrom leiden. Auch wenn Sie medizinisch dafür freigegeben sind, ist es ratsam, beim Eisbaden eine Begleitperson dabei zu haben.

### Die Risiken verstehen

Das Eintauchen in kaltes Wasser, insbesondere ohne vorherige Akklimatisierung, birgt potenzielle Risiken. Der plötzliche Abfall der Hauttemperatur kann eine „Kälteschock“-Reaktion auslösen, die zu schnellen Veränderungen der Atmung, der Herzfrequenz und des Blutdrucks führt. Dies kann die Gefahr des Ertrinkens erhöhen, insbesondere wenn es beim Untertauchen zu unwillkürlichem Luftholen kommt. Zudem kann es zu einer Belastung des Herzens kommen, was möglicherweise die Wahrscheinlichkeit eines Herzereignisses, einschließlich Herzstillstands, erhöht. Es ist wichtig zu beachten, dass das höchste Risiko eines Kälteschocks innerhalb der ersten 30 Sekunden des Eintauchens auftritt, was die Bedeutung eines allmählichen Übergangs ins kalte Wasser unterstreicht. Darüber hinaus kann nach längerem Aufenthalt in eiskaltem Wasser eine Unterkühlung einsetzen, bei Erwachsenen typischerweise nach 30 Minuten.

# Installationsanleitung für das Funsicle Ice Well Eisbad

## Im Lieferumfang Ihres Eisbads enthalten



Ice Well Eisbad  
Auskleidung



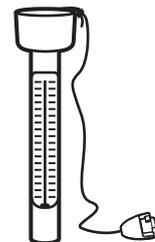
Metallrohr  
x 6



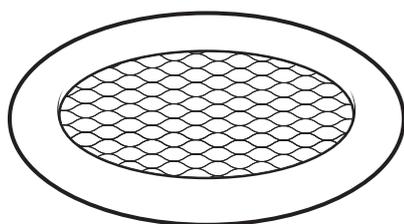
Rohrkappe  
x 6



Manuelle  
Luftpumpe



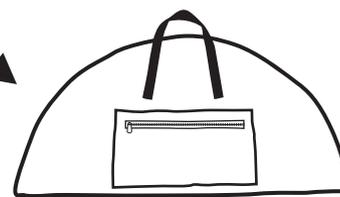
Schwimmendes  
Thermometer



Aufblasbarer Deckel



2-in-1 Abdeckung und Aufbewahrungstasche



## Den Sprung wagen: Hilfreiche Tipps

Wenn Sie bereit sind, ein kaltes Bad zu nehmen, beachten Sie die folgenden Hinweise:

**Optimale Wassertemperatur:** Wie bereits erwähnt, liegt der optimale Temperaturbereich zum Eintauchen zwischen 10 °C und 15,5 °C. Untersuchungen zeigen, dass dieser Temperaturbereich niedrig genug ist, um Vorteile zu erzielen.<sup>3</sup>

**Konzentrieren Sie sich auf die Atmung:** Entspannen Sie sich vor dem Betreten des Wassers durch konzentrierte Atmung, um eine Hyperventilation beim Eintauchen zu vermeiden. Tauchen Sie Ihren Körper langsam in das Wasser ein, idealerweise bis zu den Schultern. Sobald Sie im Wasser sind, regulieren Sie Ihre Atmung und streben Sie langsame, kontrollierte Atemzüge von jeweils etwa 3 Sekunden Dauer an. Vermeiden Sie das Anhalten des Atems, da dies das Risiko von Herzrhythmusstörungen erhöhen kann.

**Dauer des Eintauchens:** Um positive Anpassungen zu aktivieren, bleiben Sie mindestens eine Minute, idealerweise zwei bis drei Minuten im kalten Wasser. Vermeiden Sie mehr als 10 Minuten pro Sitzung.<sup>4</sup>

**Häufigkeit des Eintauchens:** Es wird empfohlen, sich pro Woche nicht länger als 10 Minuten der Kälte auszusetzen und nicht täglich ins Wasser einzutauchen, es sei denn, ein Arzt hat dies genehmigt. Beschränken Sie das Eisbad auf maximal 1-2 Mal pro Woche, bis sich Ihr Körper daran gewöhnt hat. Wenn Sie sich wohl fühlen, können Sie Ihr Eintauchen steigern, indem Sie das wöchentliche 10-Minuten-Limit auf mehrere einzelne Sitzungen verteilen.

## WICHTIGER HINWEIS

Bedenken Sie, dass häufigeres Eisbaden nicht zu besseren Ergebnissen führt. Eine Überdosierung kann nachteilige Auswirkungen auf die Gesundheit haben, die sich beispielsweise in chronischem Stress, Nebennierenschwäche und Störungen der Cortisolproduktion äußern können, was wiederum Probleme wie chronische Müdigkeit, Depressionen und Krankheitsanfälligkeit zur Folge hat.<sup>5</sup>

<sup>3</sup> Mayo Clinic (Link: <https://www.mayoclinichealthsystem.org/hometown-health/speaking-of-health/cold-plunge-after-workouts>)  
Healthline (Link: <https://www.healthline.com/health/exercise-fitness/ice-bath-benefits#takeaway>)

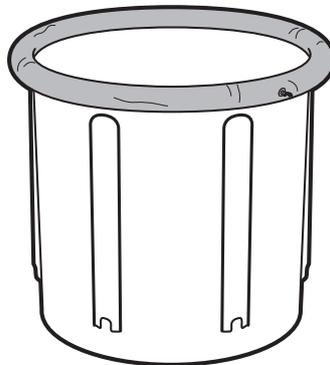
<sup>4</sup> Mayo Clinic (Link: <https://www.mayoclinichealthsystem.org/hometown-health/speaking-of-health/cold-plunge-after-workouts>)

<sup>5</sup> National Library of Medicine USA (Link: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5285720>)

## Schneller Aufbau

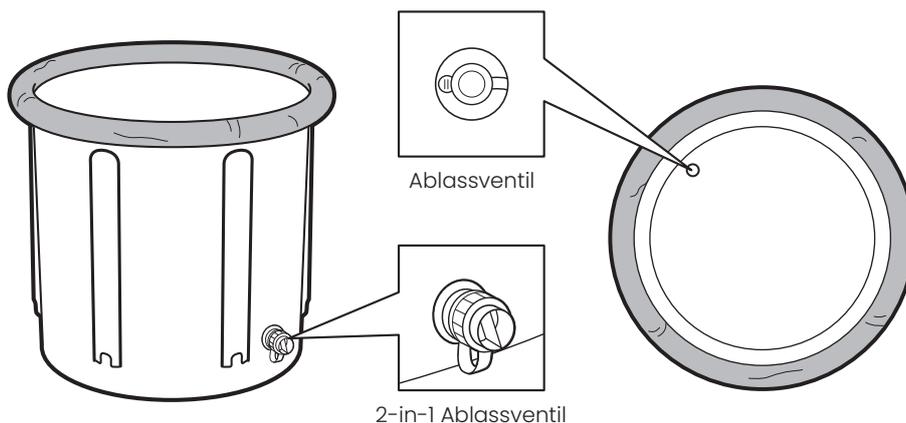
### Schritt 1: Auspacken

- a) Nehmen Sie den gesamten Inhalt aus der Schachtel. Überprüfen Sie mithilfe des vorherigen Abschnitts, ob alle Artikel vorhanden sind.
- b) Falten Sie die Auskleidung für das Ice Well Eisbad auseinander.

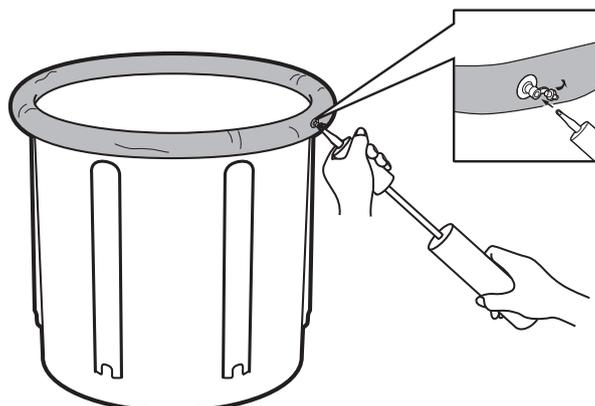


### Schritt 2: Bereiten Sie das Eisbad vor

- a) Vergewissern Sie sich, dass beide Ablassventile geschlossen sind. Ein Ventil befindet sich am Boden des Eisbads, und das andere Ventil befindet sich an der Außenseite des Eisbads am Boden.

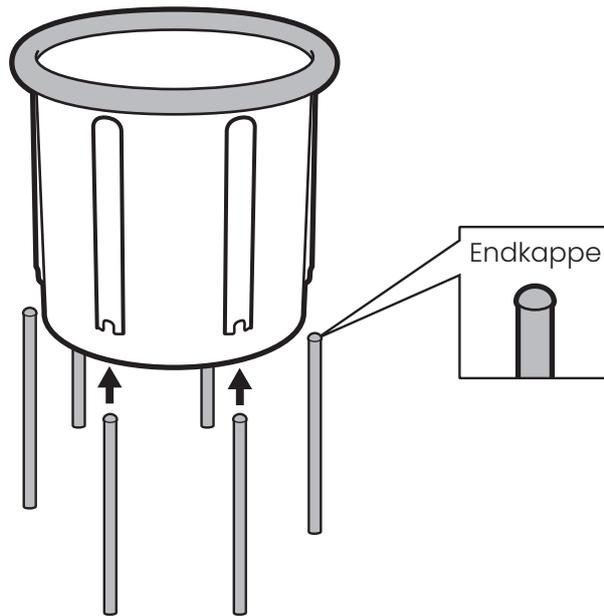


- b) Pumpen Sie den oberen Rand des Eisbads mit der im Lieferumfang Ihres Eisbads enthaltenen manuellen Luftpumpe oder, wenn Sie dies bevorzugen, mit einer elektrischen Luftpumpe auf, bis es sich vollständig aufgeblasen und fest anfühlt. Sichern Sie den Lufteinlass nach dem Aufblasen.

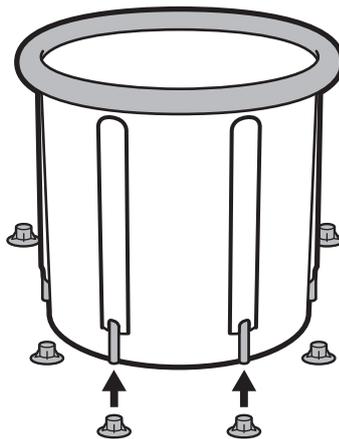


### Schritt 3: Den Rahmen zusammenbauen

- a) Stecken Sie die Metallröhre in die dafür vorgesehenen Auskleidungshülsen und achten Sie dabei darauf, dass die Endkappe der Metallrahmenröhre zuerst eingesteckt wird, so dass der offene Teil den Boden berührt (siehe unten eingefügte Abbildung).



- b) Befestigen Sie am Ende jeder Metallröhre eine Röhrenkappe.



### Schritt 4: Füllen Sie das Eisbad

- a) Füllen Sie das Eisbad mit einem Gartenschlauch oder einem anderen Wasserauslass bis zur markierten Fülllinie an der Innenseite der Eisbadauskleidung mit Wasser.

#### HINWEISE:

- Dies ist eine allgemein empfohlene Fülllinie. Je nach Körperform und -höhe müssen Sie möglicherweise Wasser in das Eisbad einfüllen oder aus ihm entleeren, um ein Überlaufen zu verhindern.
  - Das Eisbad hat ein Fassungsvermögen von 300 Litern. Füllen Sie das Wasser nicht über die untere Linie des oberen Rings hinaus, da das Wasser wahrscheinlich überläuft, sobald Sie das Eisbad betreten.
- b) Ausgehend von einer Wassertemperatur von 25 °C empfehlen wir, zunächst 5 Beutel mit je 4,5 kg Eis hinzuzufügen, um eine optimale Eintauchtemperatur zwischen 10 °C und 15,5 °C zu erreichen. Bei hohen Außentemperatur geben Sie mehr Eis hinzu, bis das Wasser die optimale Temperatur erreicht hat. Mit jedem zusätzlichen Beutel (4,5 kg) Eis sollte die Wassertemperatur um 2-3 °C sinken.

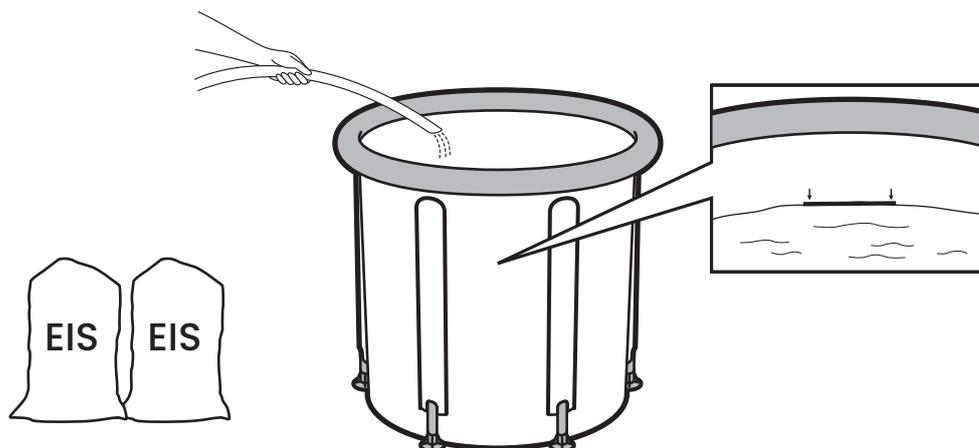
#### HINWEISE:

- Letztendlich hängt die benötigte Eismenge von den aktuellen Wetterbedingungen, der Wassertemperatur und Ihrem gewünschten Komfortniveau ab.

- Wenn Sie in einer Region mit Außentemperaturen unter 10 °C leben, müssen Sie höchstwahrscheinlich kein Eis hinzufügen.

- Denken Sie daran, kein Trockeneis im Eisbad zu verwenden.

**Tipp:** Eisbeutel sind normalerweise in Ihrem örtlichen Lebensmittelladen oder Supermarkt erhältlich.

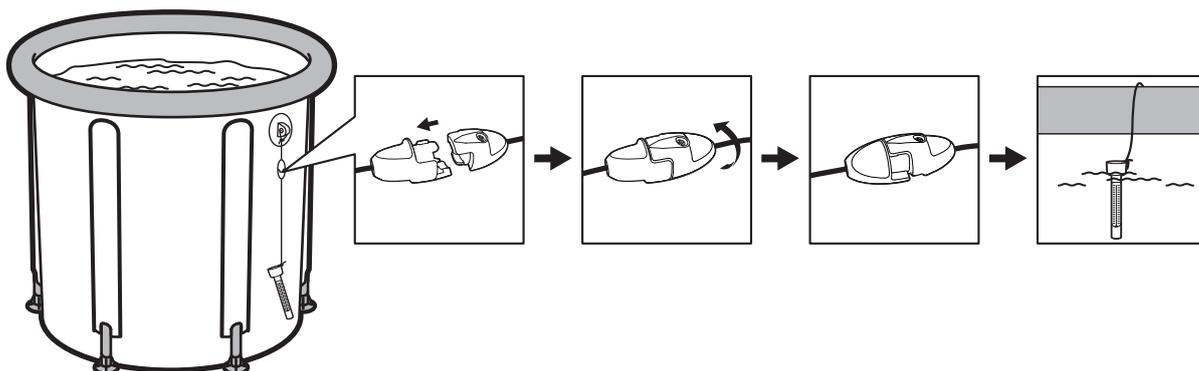


## Schritt 5: Überprüfen Sie die Wassertemperatur

a) Nachdem Sie das Eisbad mit Wasser gefüllt und die Eisbeutel hinzugefügt haben, überprüfen Sie die Temperatur, bevor Sie hineinsteigen.

b) Befestigen Sie das Thermometer an der Seite des Eisbads, indem Sie die beiden Verbindungstücke an jedem Ende einrasten lassen.

c) Tauchen Sie das Thermometer ins Wasser, um eine korrekte Temperaturanzeige zu erhalten.



d) Wenn die Wassertemperatur optimal ist, können Sie mit dem Eintauchen beginnen.

## Schritt 6: Benutzen des Eisbads

a) Sobald es mit Wasser gefüllt ist, steigen Sie langsam und vorsichtig mit einem Bein nach dem anderen in das Eisbad.

### HINWEISE:

- Abhängig vom Wasserstand und Ihrer Körpergröße/Ihrem Körpergewicht kann beim Einsteigen etwas Wasser austreten. Dies ist zu erwarten.

- Für Personen mit kleinerer Statur, für die es schwierig ist, ein Bein über die Oberseite des Eisbads zu heben, empfehlen wir die Verwendung eines sicheren Tritthockers.

b) Stellen Sie beide Füße sicher auf den Boden des Eisbads und beugen Sie Ihre Knie, sodass Sie in die Hocke gehen und Ihre Schultern sich auf Höhe des Wasserpegels befinden.

c) Tauchen Sie Ihren Körper, einschließlich Ihrer Hände, je nach Ihrem Wohlbefinden in das Wasser ein.

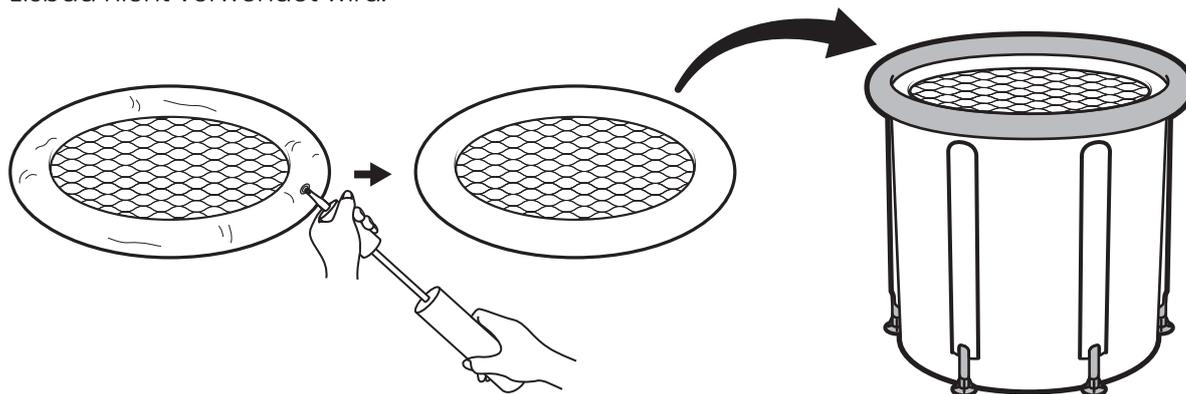
**HINWEIS:** Informationen darüber, wie lange Sie in dieser Position bleiben können, finden Sie weiter oben in diesem Handbuch im Abschnitt „Den Sprung wagen: Anleitung“.

**WICHTIG:** Tauchen Sie Ihren Kopf NICHT ins Wasser.

d) Verlassen Sie das Eisbad nach der gewünschten Eintauchzeit vorsichtig.

## Schritt 7: Verwenden des aufblasbaren Deckels

Blasen Sie mit der mitgelieferten Handpumpe oder Ihrer eigenen elektrischen Luftpumpe den blauen Deckel auf, der hilft, das Wasser kühl zu halten, wenn das Eisbad nicht verwendet wird.

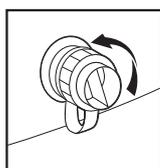


## Das Eisbad verstauen und aufbewahren

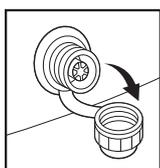
### Schritt 1: Vorbereitung für die Zerlegung

- Entfernen Sie alle Gegenstände aus dem Eisbad, einschließlich des Thermometers.
- Öffnen Sie das 2-in-1-Ablassventil an der Seite des Eisbads, um das gesamte Wasser schnell ablaufen zu lassen.

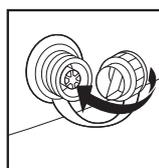
Die folgenden Abbildungen zeigen die Handhabung des Ablassventils.



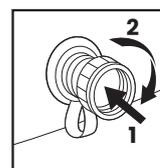
- i) Drehen Sie die Ablasskappe gegen den Uhrzeigersinn.



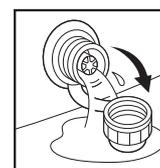
- ii) Nehmen Sie die Ablasskappe vom Ventil.



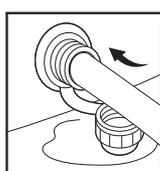
- iii) Drehen Sie die Ablasskappe um und setzen Sie sie wieder in das Ablassventil ein.



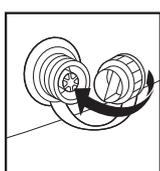
- iv) Drücken Sie die Ablasskappe und drehen Sie sie etwa eine Vierteldrehung (90°) im Uhrzeigersinn, um sie zu entriegeln.



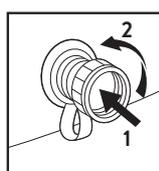
- v) Das Ablassventil ist nun geöffnet, und das Wasser beginnt abzufließen.



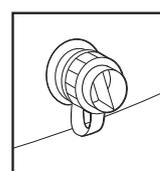
- vi) Schließen Sie einen 5/8-Zoll-Gartenschlauch an das Ablassventil an.



- vii) Drehen Sie die Ablasskappe nach dem Ablassen um und setzen Sie sie wieder in das Ablassventil ein.

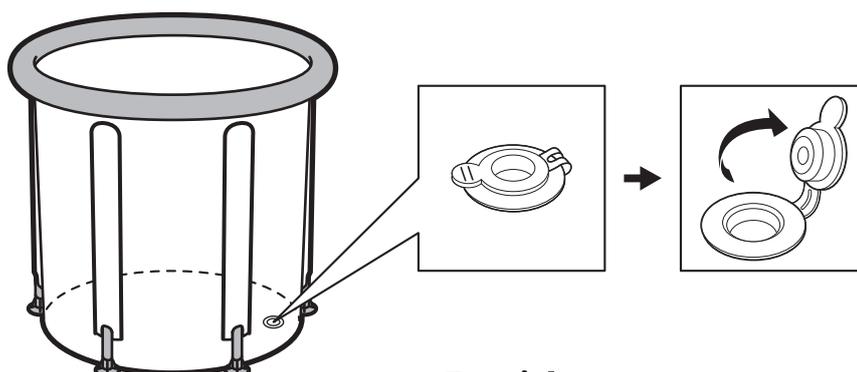


- viii) Drücken Sie die Ablasskappe und drehen Sie sie etwa eine Vierteldrehung (90°) gegen den Uhrzeigersinn, um sie zu verriegeln.



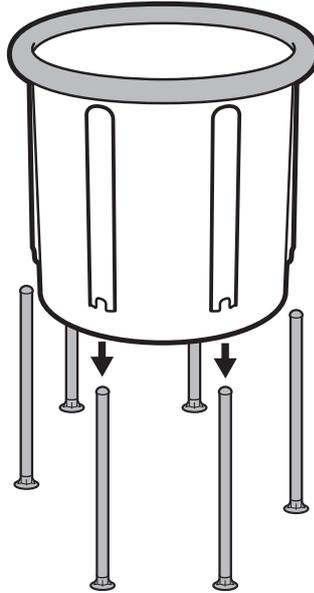
- ix) Schließen Sie die Ablasskappe

- Öffnen Sie das Ablassventil an der Unterseite des Eisbads, um das restliche Wasser abzulassen.



## Schritt 2: Den Rahmen zerlegen

Ziehen Sie die Metallrohre vorsichtig aus den Auskleidungshülsen.

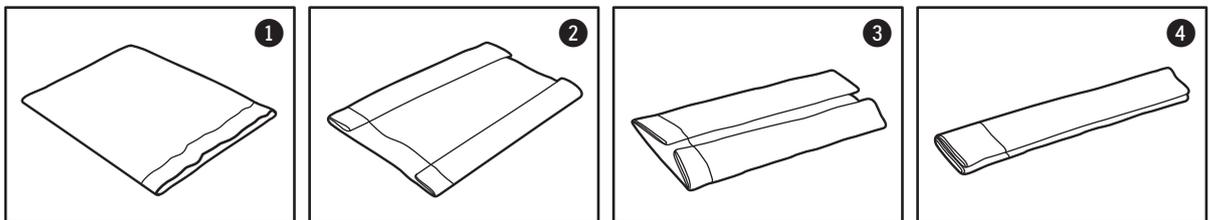


## Schritt 3: Luft aus dem Eisbad ablassen

- Öffnen Sie beide Luftventile, um die Luft aus dem blauen Rand und der Deckelabdeckung des Eisbads abzulassen.
- Drücken Sie auf die aufblasbaren Teile, um die Luft vollständig abzulassen.

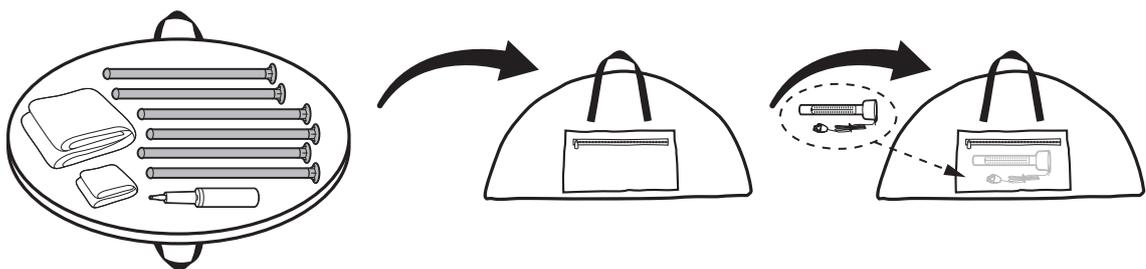
## Schritt 4: Auskleidung falten

- Lassen Sie die Auskleidung vor dem Falten an der Luft in der Sonne trocknen, bis sie vollständig trocken ist. Um ein Zusammenkleben des Vinyls zu verhindern und eventuelle Restfeuchtigkeit aufzunehmen, streuen Sie etwas Talkumpuder darüber.
- Falten Sie die Auskleidung ordentlich zusammen.



## Schritt 5: Das Eisbad aufbewahren

- Stellen Sie sicher, dass die Verkleidung und alle Teile vor der Aufbewahrung vollständig trocken sind.
- Legen Sie die gefaltete Auskleidung, die Metallrohre, die Rohrkappen, den aufblasbaren Deckel und die Luftpumpe in die mitgelieferte 2-in-1-Abdeckung und Aufbewahrungstasche.
- Legen Sie das Thermometer in die Reißverschluss tasche der 2-in-1-Abdeckung und Aufbewahrungstasche.



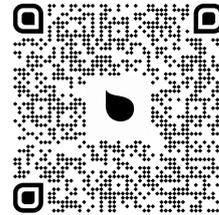
- Bewahren Sie die Tasche an einem kühlen, trockenen Ort auf und schützen Sie sie vor direkter Sonneneinstrahlung.

## Reparatur

Um ein Loch in der Auskleidung des Eisbads zu reparieren, gehen Sie folgendermaßen vor:

1. Finden Sie das Loch in der Auskleidung.
2. Ziehen Sie das mitgelieferte Reparaturpflaster ab und kleben Sie es über das Loch an der Innenwand des Eisbads. Mit diesem Flicker können Sie auch Löcher im oberen Ring des Eisbads reparieren.
3. Den Flicker andrücken und mit den Fingern reiben, um Luftblasen herauszudrücken.
4. Den Flicker glätten, bis er vollständig eben ist.

**HINWEIS:** Scannen Sie diesen QR-Code, um das Demonstrationsvideo anzusehen.



## Garantieinformationen

Für dieses Funsicle Ice Well Eisbad gilt die folgende Garantie, wobei der Garantieservice von Polygroup Pacific Limited (im Folgenden „Polygroup“) bereitgestellt wird.

### Eingeschränkte Garantie

Polygroup freut sich, diese Garantie für die Reparatur oder den Austausch des Ice Well Eisbads für ein (1) Jahr ab Kaufdatum anbieten zu können. Die Bestimmungen dieser eingeschränkten Garantie gelten nur für den Erstkäufer, der das Produkt bei einem autorisierten Polygroup-Händler erworben hat. Bitte den Originalkaufbeleg aufbewahren. Dieser Kaufbeleg ist notwendig und ist bei der Geltendmachung von Gewährleistungsansprüchen gegenüber Polygroup oder deren Beauftragten vorzulegen. Diese eingeschränkte Garantie gilt nicht für abgeänderte oder reparierte Produkte, sofern nicht von Polygroup schriftlich genehmigt, oder für Produkte, bei denen Fremtteile oder Zubehör ersetzt wurden, oder wenn das Produkt entgegen den dazugehörigen Anweisungen verwendet wurde; oder bei Anwendung von ungeeigneter Spannung; oder wenn das Produkt missbräuchlich verwendet oder durch Unfall oder Fahrlässigkeit beschädigt wurde. Diese eingeschränkte Garantie deckt keine Folgeschäden ab, einschließlich, aber nicht beschränkt auf Ansprüche bezüglich des Verlusts von Wasser und Schwimmbadchemikalien, Arbeitszeit oder -kosten, normale Abnutzung, höhere Gewalt oder Schäden an anderen Produkten oder Eigentum.

Polygroup, seine bevollmächtigten Vertreter, verbundenen Unternehmen oder Mitarbeiter haften unter keinen Umständen gegenüber dem Käufer oder einer anderen Partei für direkte Schäden oder Folgeschäden. Diese Einschränkung gilt möglicherweise ganz oder teilweise nicht für Sie, falls die Gerichtsbarkeit, in welcher der Anspruch entstanden ist, diese Einschränkung nicht zulässt.

Diese eingeschränkte Garantie gilt nicht für ausgemusterte, gebrauchte oder auf Flohmärkten, Auktionen o.ä. wiederverkaufte Produkte, oder für bei nicht autorisierten Verkäufern von Polygroup-Produkten erworbene Produkte. Diese Garantie gilt auch nicht für Online- oder andere Verkäufer, die die Produkte nicht von einem Polygroup-Unternehmen erworben haben, unabhängig davon, ob das Produkt vor dem Verkauf an Sie benutzt wurde oder nicht. Jegliche Probleme in Verbindung mit von solchen Anbietern/Verkäufern bezogenen Artikeln müssen direkt mit diesen Anbietern geklärt werden.

## Liebe(r) Funtastic-Kundin/Kunde,

Vielen Dank, dass Sie sich für das Funsicle Ice Well Eisbad entschieden haben – Sie werden den einfachen Aufbau genießen und die Vorteile für Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden lieben!

Wir möchten, dass Sie mit Ihrem Ice Well die bestmögliche Erfahrung machen. Wenn Sie Fragen oder Probleme haben, wenden Sie sich bitte über die Kontaktinformationen auf dieser Seite an uns.

Viel Spaß beim Eintauchen!

- Ihre Freunde vom Funsicle Team

## KONTAKTIEREN SIE UNS

Wir helfen Ihnen gern! Für häufig gestellte Fragen, Tipps zur Fehlerbehebung, Garantie oder Ersatzteile kontaktieren Sie uns unter der für Ihre Region verfügbaren Telefonnummer oder E-Mail-Adresse.

### KUNDENDIENST

#### Vereinigtes Königreich

Telefon: +44 (0) 330 090 4414

E-Mail: [support@poly-group.co.uk](mailto:support@poly-group.co.uk)

#### Frankreich

Website: [www.polypool.fr](http://www.polypool.fr)

E-Mail: [aide@polypool.fr](mailto:aide@polypool.fr)

#### Spanien

Website: [www.polypool.es](http://www.polypool.es)

E-Mail: [apoyo@polypool.es](mailto:apoyo@polypool.es)

#### Italien

Telefon: +39 (0) 332 730 083

E-Mail: [info@globalfar.com](mailto:info@globalfar.com)

#### Deutschland

Telefon: +49 (0) 621 845 5210

E-Mail: [service@rms-gruppe.de](mailto:service@rms-gruppe.de)

#### Niederlande

Telefon: +31 (0) 88 002 06 55

E-Mail: [service@poly-group.nl](mailto:service@poly-group.nl)

#### Bulgarien

E-Mail: [service.polygroupbg@gmail.com](mailto:service.polygroupbg@gmail.com)

#### Griechenland

Telefon: +30 210 6831030

E-Mail: [info@homeandcamp.gr](mailto:info@homeandcamp.gr)

#### Ungarn

E-Mail: [sales@globalbrandscee.com](mailto:sales@globalbrandscee.com)

#### Rumänien

Telefon: +40 726 473955

E-Mail: [polygroupservice.ro@gmail.com](mailto:polygroupservice.ro@gmail.com)

#### Serbien

Telefon: +381 (0) 637 137 822

E-Mail: [polygroupsrbija@gmail.com](mailto:polygroupsrbija@gmail.com)

#### Dänemark

E-Mail: [polygroup@maxtoys.dk](mailto:polygroup@maxtoys.dk)

# Funsicle®

Polygroup Pacific Limited  
Unit 606, 6th Floor, Fairmont House,  
8 Cotton Tree Drive, Central, Hong Kong.