

Monteringsanvisning – Stationär thaimassagebänk i ek

Artikel 11-88-EH · Bredd 80 / 100 / 120 cm · Naturträ eller svart

45–75 min
monteringstid med lite
hantverkssvana

2 personer
för att bära, vända och
montera hyllan

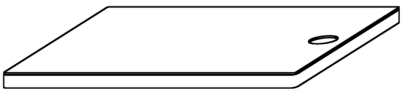
Insexnyckel
medföljer – skruvdragare
endast med lågt
vidmoment

Utrymme
ca 1 m fritt runt bänken,
kartong eller filt som
underlag

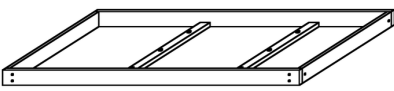
▲ Läs före montering

- Beroende på bredd väger kartongen ca 70–80 kg. Bär den och madrassen (modul A) alltid två personer.
- Montera bänken på ett mjukt underlag (t.ex. den utvikta kartongen) så att konstläder och trä inte repas.
- Dra åt skruvarna först i slutet (steg 5). Då är det lättare att rikta in alla delar.
- Dra inte åt skruvarna för hårt – träet kan annars gå sönder.
- Kontrollera innan du börjar att alla delar och skruvar finns med.

Leveransinnehåll – delarna



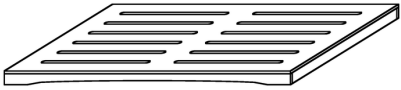
A **Madrass / liggyta** – med H5-stopplning och ansiktshål, 1 st



B **Träram** – med tvärribbor, förmonterad på madrassen vid leverans



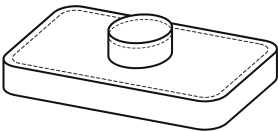
C **Ben** – vit ek, 4 st



D **Hylla** – plywood, 1 st



E **Dekorlister** – ornament, 4 st

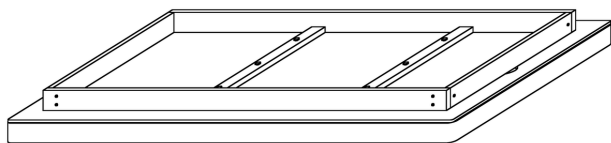


+ **Täckkudde** – stänger ansiktshålet, 1 st.

Skruvar & verktyg

Del	Storlek	Antal	Användning
	8 × 80 mm långa, utan bricka	12	Ben (C) till ram (B) – 3 per ben (2 × långsida, 1 × kortsida)
	8 × 40 mm korta, med bricka	24	Dekorlister (E): 4 × 4 = 16 · Hylla (D): 8
	Insexnyckel	1	för alla skruvar

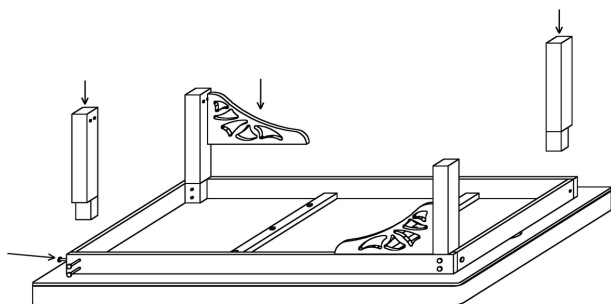
Steg för steg



1 Förbered bänken

Lägg madrassen (A) med den förmonterade träramen (B) på underlaget med **stoppsningen nedåt**. Ramen sitter kvar – du börjar direkt med benen.

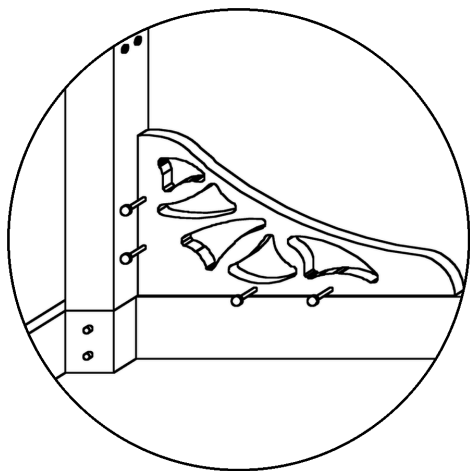
Tips: Vänd den två personer – madrass och ram är tunga och otympliga.



2 Skruva fast benen på ramen

Skruva fast de 4 benen (C) i ramens (B) hörn med de **långa skruvarna 8 × 80 utan bricka** genom de förborrade hålen i ramen – **3 skruvar per ben: 2 genom långsidan, 1 genom kortsidan**.

Skruva bara **för hand** – dra inte åt ännu.

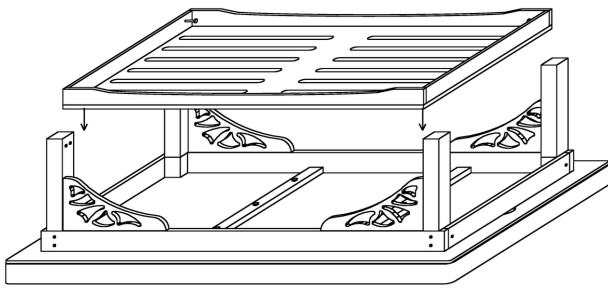


3 Montera dekorlisterna

Placera en dekorlist (E) mellan varje ben (C) och ramen (B).

Skruva fast dem inifrån med de **korta skruvarna 8 × 40 med bricka** – **4 skruvar per list**, totalt 16.

Även här bara för hand.

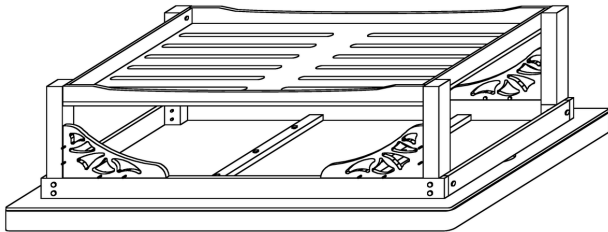


4 Montera hyllan

Placera hyllan (D) **upp och ned** mellan benen och skruva fast den med de **korta skruvarna 8 × 40 med bricka** i de förborrade hålen i benen.

2 skruvar per sida, totalt 8.

Två personer: en håller hyllan på plats, den andra skruvar.



5 Dra åt alla skruvar

När alla skruvar sitter i sina hål drar du åt dem **stegvis och korsvis**: först benen, sedan dekorlisterna, sist hyllan.

Ordentligt, men utan våld – träet får inte gå sönder.

6 Vänd bänken – klart!

Vänd bänken försiktigt på benen, **två personer tillsammans**. Håll i ram och ben, inte i dekorlisterna.

Slutkontroll före första behandlingen

- ☐ Alla 12 långa och 24 korta skruvar är monterade och åtdragna.
- ☐ Ram och madrass är fast förbundna (fabriksmonterat).
- ☐ Bänken står plant och vickar inte – flytta den lite vid behov.
- ☐ Täckkudden ligger redo – vid behov (t.ex. ryggläge) sätter du den i ansiktshålet med den runda tappen.
- ☐ Dra på ett dra-på-lakan – det skyddar klädseln mot massageolja.
- ☐ Efter ca 2 veckors användning: dra åt alla skruvar en gång till.

Skötsel & hållbarhet

- **Klädsel:** använd inte massageolja direkt på konstlädret – arbeta alltid med dra-på-lakan eller oljeavvisande skydd.
- **Rengöring:** endast alkoholfria medel som passar konstläder – alkohol torkar ut materialet och orsakar sprickor.
- **Trä:** torka av med en lätt fuktad trasa och torka torrt; ställ inte direkt intill element.
- **Kontroll:** kontrollera skruvarna med några månaders mellanrum – särskilt vid daglig användning.
- **Vill du arbeta högre?** Vår adapter höjer arbetshöjden från 65 till 75 cm.

Knarrar eller gnisslar bänken?

Trä arbetar – särskilt de första veckorna och när luftfuktigheten varierar. Svaga ljud är normala och åtgärdas oftast på några minuter:

- **Efterdra skruvarna:** Den vanligaste orsaken. Dra åt alla skruvar korsvis – ben, dekorlister, hylla.
- **Hitta stället:** Tryck lätt på liggytan två personer tillsammans och kontrollera i hörnen var det knarrar.
- **Ta bort friktion:** Där trä gnider mot trä, lossa skruven kort, gnid in lite stearin eller torr tvål på kontaktytan och dra åt igen. Använd inte olja.
- **Jämna ut golvet:** Står bänken inte helt plant hjälper filtassar eller tunna kilar under benen.

Frågor om monteringen?

WhatsApp

+49 179 473 1858

Svenska · Engelska · Thai

Online

my-thaimassage.shop

Reservdelar, lakan, madrasser & tillbehör