



REGULAMIN KORZYSTANIA Z SAUNY FIŃSKIEJ ORAZ SAUNY INFRARED

1. Przed wejściem do pomieszczenia sauny należy zapoznać się z niniejszym regulaminem. Podczas korzystania z pomieszczeń sauny należy bezwzględnie stosować się do regulaminu, instrukcji użytkowania urządzeń, poleceń i informacji udzielanych przez Obsługę.
2. Opłata za pobyt w saunie naliczana jest zgodnie z obowiązującym cennikiem.
3. Maksymalna liczba osób korzystających jednocześnie z sauny fińskiej, jak również z sauny infrared wynosi 4 osoby na saunę.
4. Z sauny mogą korzystać osoby zdrowe lub osoby których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów.
5. Przed wejściem do sauny należy:
 1. zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała,
 2. zdjąć okulary i szkła kontaktowe,
 3. umyć całe ciało pod prysznicem, a następnie wytrzeć do sucha,
 4. zalecane jest wchodzenie do sauny nago oraz zakrywanie się tylko ręcznikiem. W saunie siadamy lub kładziemy się na ławce tylko na własnym ręczniku. Należy unikać kontaktu ciała z ławką.
6. Instrukcja korzystania z sauny fińskiej znajduje się przy wejściu do sauny.
7. Obowiązkiem każdego użytkownika sauny jest posiadanie ręczników. Ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią ławki.
8. Istnieje możliwość wypożyczenia szlafroka wraz z ręcznikiem, zgodnie z obowiązującym cennikiem.
9. Po wyjściu z sauny należy dokładnie i stopniowo opłukać całe ciało zimną wodą, zaczynając od stóp w kierunku serca, a następnie pamiętać o stosownej ilości odpoczynku.
10. Nie zaleca się korzystania z sauny osobom:
 - kobietom w okresie ciąży oraz w czasie menstruacji,
 - osobom starszym, osłabionym oraz w stanie intoksykacji,
 - chorym na serce, nadciśnienie i z chorobami naczyń krwionośnych,
 - chorym na tarczycę, klaustrofobię, epilepsję, stany reumatyczne, nowotwory, ostre infekcje i stany astmatyczne.
11. Zalecane jest, aby z sauny korzystać w towarzystwie drugiej osoby, co pozwoli na natychmiastową pomoc w wypadku złego samopoczucia.
12. Osoby przebywające w saunie deklarują pełną zdolność fizyczną i zdrowotną do korzystania z tego typu zabiegów i ponoszą odpowiedzialność za stan swojego zdrowia.
13. Zabrania się korzystania z sauny osobom pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających. Obsługa ma prawo odmówić wpuszczenia do sauny osobom nietrzeźwym lub odurzonym.



14. Dzieci do lat 16 mogą przebywać w saunie wyłącznie pod opieką osób pełnoletnich.
15. O każdej sytuacji zagrażającej bezpieczeństwu w saunie oraz jej uszkodzeniu należy niezwłocznie powiadomić Obsługę lub skorzystać z czerwonego przycisku alarmowego, który znajduje się przy wejściu do kabiny sauny.
16. Po zakończeniu kąpieli należy pozostawić porządek w całym pomieszczeniu.
17. Korzystający z sauny zobowiązany jest do przestrzegania opłaconego czasu pobytu oraz punktualnego opuszczenia pomieszczenia sauny.
18. Za zgubienie lub zniszczenie kluczyka do szafek oraz ręcznika i szlafroku pobrana zostanie opłata zgodnie z obowiązującym cennikiem.
19. W saunie zabrania się:
 - wchodzenia w ubraniu oraz obuwiu,
 - wykonywania zabiegów kosmetycznych,
 - hałasowania oraz głośnego prowadzenia rozmów,
 - dotykania i manipulowania przy urządzeniach elektrycznych i grzewczych,
 - wnoszenia naczyń, jedzenia i wszelkich przedmiotów obcych,
 - wnoszenia napojów alkoholowych,
 - palenia tytoniu,
 - niszczenia i uszkodzania wyposażenia,
 - nieobyczajnego zachowania, bądź zachowania uznanego powszechnie za nieprzyzwoite lub obraźliwe.
20. Regulacja temperatury w saunie należy do Obsługi (nie wolno samodzielnie zmieniać parametrów temperatury pieca).

Niniejszy Regulamin obowiązuje od dnia 01.01.2018 r.