

REGULAMIN SAUNY

1. Zasady ogólne

- Przed wejściem do sauny należy zapoznać się z regulaminem.
- Podczas korzystania z sauny należy bezwzględnie stosować się do instrukcji użytkowania, poleceń oraz informacji udzielanych przez obsługę.
- Z sauny mogą korzystać osoby dorosłe i niepełnoletnie pod nadzorem osób dorosłych.
- Sauna jest miejscem relaksu i dbałości o higienę. Prosimy o zachowanie ciszy i spokoju oraz dbanie o czystość.
- Z sauny mogą korzystać osoby zdrowe, które nie mają przeciwwskazań lekarskich.
- W każdym przypadku choroby lub niepełnosprawności, przed skorzystaniem z sauny, wskazana jest konsultacja lekarska.
- Z sauny nie mogą korzystać osoby pozostające pod wpływem alkoholu bądź środków odurzających.
- W saunie zabrania się:
 - o przebywania w ubraniu oraz obuwiu,
 - o wykonywania zabiegów kosmetycznych,
 - o wnoszenia naczyń, jedzenia i wszelkich przedmiotów obcych,
 - o wnoszenia ostrych przedmiotów,
 - o wnoszenia i spożywania napojów alkoholowych,
 - o nieobyczajnego zachowania, bądź zachowania uznanego powszechnie za nieprzyzwoite lub obraźliwe,
 - o palenia tytoniu,
 - o nakładania jakichkolwiek przedmiotów (ręczników, szlafroków itp.) na piecu saunowym lub w jego pobliżu,
 - o niszczenia i uszkodzania wyposażenia.
- W czasie pobytu w saunie nie należy dotykać gorących elementów sauny, takich jak piec czy kamienie.
- Prosimy o nieużywanie w saunie telefonów komórkowych i innych urządzeń elektronicznych.

2. Pobyt saunie

- Przed wejściem do sauny należy zdjąć biżuterię, inne metalowe przedmioty oraz okulary i soczewki kontaktowe.
- Przed wejściem do sauny należy umyć całe ciało pod prysznicem z użyciem mydła lub płynu do mycia ciała a następnie wysuszyć je ręcznikiem.
- Do sauny wchodzimy w stroju kąpielowym lub będąc owiniętym ręcznikiem. W przypadku rezerwacji sauny na wyłączność, powyższa zasada nie obowiązuje (dopuszczalna jest nagość).
- W czasie pobytu w saunie wszystkie części ciała, w tym stopy, muszą znajdować się na ręczniku.
- Przed wejściem do balii chłodzącej ciało należy sptukać pod prysznicem.

- Czas przebywania w saunie powinien być dostosowany do indywidualnych potrzeb i samopoczucia.
- W przypadku złego samopoczucia należy natychmiast opuścić saunę.
- Po wyjściu z sauny zaleca się chłodny prysznic.
- Zaleca się korzystanie z sauny w kilku sesjach, z przerwami na ochłodzenie ciała i odpoczynek i nawodnienie organizmu.

3. Inne postanowienia

- Użytkownicy sauny ponoszą odpowiedzialność za swoje bezpieczeństwo.
- Właściciel sauny nie ponosi odpowiedzialności za wypadki wynikłe z nieprzestrzegania niniejszego regulaminu
- Wszelkie uwagi i skargi dotyczące funkcjonowania sauny prosimy zgłaszać obsłudze.
- Osoby naruszające porządek lub przepisy niniejszego regulaminu będą usunięte z sauny.
- Korzystanie z sauny jest równoznaczne z tym, że osoba z niej korzystająca zapoznała się i akceptuje wszystkie punkty regulaminu
- Właściciel sauny zastrzega sobie prawo do zmiany niniejszego regulaminu.

Życzymy przyjemnego i bezpiecznego pobytu w saunie!