



## **Regulamin korzystania z SAUNY SUCHEJ AMW REWITA Sp. z o.o. Oddział Rewita Rogowo**

### **§ 1. Postanowienia ogólne**

1. Sauna sucha jest strefą przeznaczoną do relaksu i odnowy biologicznej.
2. Korzystanie z sauny oznacza akceptację niniejszego Regulaminu.
3. Z sauny mogą korzystać wyłącznie osoby zdrowe, których stan zdrowia nie stanowi przeciwwskazania do przebywania w wysokiej temperaturze.
4. Osoby korzystające z sauny zobowiązane są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz poleceń personelu Ośrodka.

### **§ 2. Zasady korzystania**

1. Z sauny można korzystać wyłącznie w godzinach jej otwarcia.
- 2.2. Przed wejściem do sauny należy dokładnie umyć ciało i wytrzeć je do sucha.
3. W saunie należy korzystać z ręcznika podłożonego pod całe ciało, tak aby żadna część ciała nie miała bezpośredniego kontaktu z ławkami.
4. Zalecany czas jednorazowego pobytu w saunie wynosi od 8 do 15 minut.
5. Po opuszczeniu sauny zaleca się stopniowe schłodzenie organizmu oraz odpoczynek.
6. Podczas korzystania z sauny należy zachować spokój i nie zakłócać wypoczynku innych użytkowników.



### **§ 3. Zakazy**

1. Na terenie sauny zabrania się:

- ownoszenia i spożywania alkoholu,
- korzystania z sauny pod wpływem alkoholu lub środków odurzających,
- palenia tytoniu oraz używania papierosów elektronicznych,
- polewania pieca wodą bez zgody obsługi,
- wnoszenia szklanych naczyń,
- używania kosmetyków mogących zabrudzić wyposażenie sauny,
- zachowań stwarzających zagrożenie dla siebie lub innych użytkowników.

### **§ 4. Dzieci i osoby niepełnoletnie**

1. Dzieci do 16. roku życia mogą korzystać z sauny wyłącznie pod opieką osoby dorosłej.

2. Opiekun ponosi pełną odpowiedzialność za bezpieczeństwo dziecka podczas pobytu w saunie.

### **§ 5. Przeciwwskazania zdrowotne**

1. Z sauny nie powinny korzystać osoby:

- z gorączką i chorobami zakaźnymi,
- z ostrymi stanami zapalnymi organizmu,
- z niewyrównanym nadciśnieniem tętniczym,
- z chorobami serca bez konsultacji lekarskiej,
- z niewydolnością krążenia,
- cierpiące na epilepsję,
- kobiety w ciąży bez wcześniejszej konsultacji z lekarzem.

2. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących stanu zdrowia zaleca się konsultację z lekarzem przed skorzystaniem z sauny.



## **§ 6. Odpowiedzialność**

1. Korzystanie z sauny odbywa się na własną odpowiedzialność.
2. REWITA Rogowo nie ponosi odpowiedzialności za skutki zdrowotne wynikające z nieprzestrzegania Regulaminu lub zatajenia przeciwwskazań zdrowotnych.
3. Ośrodek nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez nadzoru.
4. Osoby naruszające postanowienia Regulaminu mogą zostać wyproszone z sauny.

## **§ 7. Postanowienia końcowe**

1. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem decyzje podejmuje Dyrektor Ośrodka lub osoba przez niego upoważniona.
2. Regulamin obowiązuje od dnia jego ogłoszenia.
3. Regulamin jest dostępny w recepcji oraz przy wejściu do sauny.

REWITA Rogowo

.....  
Data i podpis Dyrektora Ośrodka