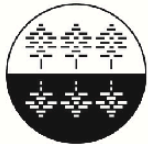


Regulamin korzystania z sauny parowej Resortu

Wszystkie osoby zamierzające korzystać z sauny parowej zobowiązane są do zapoznania się z niniejszym Regulaminem oraz do stosowania się do niego w czasie całego pobytu. Korzystanie z sauny parowej jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu. Każdy przypadek naruszenia niniejszego Regulaminu uprawnia personel Resortu do żądania opuszczenia sauny parowej.

1. Sauna parowa jest czynna codziennie w godzinach od 9:30 do 20:00.
2. Z sauny parowej może korzystać maksymalnie 6 osób.
3. Korzystanie z sauny parowej odbywa się w 45 minutowych seansach, rozpoczynających się i kończących o ustalonej porze.
4. Korzystanie z sauny parowej odbywa się na podstawie grafiku rezerwacji.
5. Sauna parowa to sauna o temperaturze: 40 - 50° C i wilgotności dochodzącej do 100%.
6. Wejście do sauny parowej powinno trwać około 5 – 15 minut, a całkowity czas przebywania w saunie nie powinien przekraczać 30 minut dziennie np. 2 x 15 minut lub 3 x 10 minut.
7. Każdy użytkownik sauny zobowiązany jest przed wejściem do sauny do dokładnego umycia całego ciała mydłem i osuszenia ręcznikiem.
8. Po każdym wyjściu z sauny należy wziąć prysznic naprzemienny zimną – gorącą wodą (zaczynając od dolnych partii ciała), odpocząć 10 – 15 min i uzupełnić poziom płynów w organizmie.
9. W czasie przebywania w saunie nie należy smarować twarzy ani ciała żadnymi kremami, gdyż powoduje to zmniejszenie powierzchni ciała, która wydała pot.
10. Z sauny parowej najlepiej korzystać min. 2 godz. po posiłku. Jeżeli nogi i ręce są zimne, należy ogrzać je przed wejściem do sauny.
11. Z sauny parowej mogą korzystać wyłącznie osoby pełnoletnie.
12. Dzieci i młodzież poniżej 18 lat mogą przebywać w saunie wyłącznie pod opieką rodziców lub opiekunów prawnych na ich ryzyko i odpowiedzialność.
13. Z sauny mogą korzystać wyłącznie osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów. Za skutki zdrowotne przebywania w saunie Resort nie ponosi odpowiedzialności.
14. Osoby korzystające z sauny oświadczają, że nie mają przeciwwskazań zdrowotnych w tym zakresie i korzystają z sauny na własne ryzyko i odpowiedzialność.
15. Kobiety w ciąży lub te, które podejrzewają, że mogą być w ciąży, przed wizytą w saunie powinny skontaktować się ze swoim lekarzem.





16. Z sauny nie wolno korzystać osobom:

- chorym na serce
- z nadciśnieniem
- po udarach
- cierpiącym na choroby zakaźne
- z chorobami naczyń krwionośnych
- ze stanami zapalnymi narządów wewnętrznych
- chorym na tarczycę
- chorym na padaczkę (epilepsję)
- cierpiącym na alergie i choroby skóry
- kobietom w trakcie menstruacji.

17. Przed wejściem do pomieszczenia sauny należy bezwzględnie zdjąć obuwie basenowe, a także biżuterię (kolczyki, łańcuszki, bransolety itp.), zegarki oraz okulary, aby uniknąć ewentualnego poparzenia.

18. W saunie nie należy przebywać w szklach kontaktowych.

19. Z sauny nie wolno korzystać osobom znajdującym się pod wpływem alkoholu lub środków odurzających.

20. Na terenie sauny zabrania się:

- wchodzenia na elementy konstrukcyjne sauny nieprzeznaczone do tego celu
- dotykania i manipulowania przy urządzeniach elektryczno-grzewczych
- wchodzenia w ubraniu oraz obuwiu
- wnoszenia i spożywania jedzenia, napojów oraz napojów alkoholowych
- palenia tytoniu, palenia e-papierosów i używania innych środków odurzających
- niszczenia i uszkodzania wyposażenia.

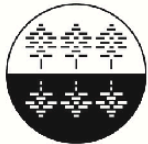
21. Zarówno w czasie pobytu w saunie, jak i po jego zakończeniu, przeciwwskazane jest podejmowanie wysiłku fizycznego.

22. W przypadku wystąpienia niekorzystnych zmian samopoczucia, osoba korzystająca powinna niezwłocznie przerwać pobyt w saunie i powiadomić personel Resortu.

23. O wszelkich nieprawidłowościach związanych z bezpieczeństwem i pracą urządzeń należy niezwłocznie informować personel Resortu.

24. Osoby korzystające z sauny parowej, które będą stwarzały zagrożenie dla innych osób przebywających w saunie, a także osoby naruszające postanowienia





niniejszego Regulaminu bądź nie stosujące się do zaleceń personelu Resortu – zostaną wyproszone z terenu sauny.

25. W przypadku wyrządzenia szkody, korzystający zobowiązany jest do jej naprawienia w pełnej wysokości poprzez zapłatę za wyrządzoną szkodę.
26. Za szkody spowodowane przez dzieci do lat 18 odpowiadają rodzice lub pełnoletni opiekunowie.
27. Wszelkie urazy oraz wypadki zaistniałe na terenie sauny należy niezwłocznie zgłosić personelowi Resortu.
28. Za negatywne skutki korzystania z sauny spowodowane naruszeniem niniejszego Regulaminu Resort nie ponosi odpowiedzialności.
29. Resort nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy, w tym rzeczy wartościowe, pozostawione, zgubione na terenie sauny lub utracone na skutek kradzieży.
30. Nieznajomość niniejszego Regulaminu nie zwalnia z odpowiedzialności za jego naruszenie.

