

REGULAMIN SAUN I GROTY SOLNEJ

§ 1 STREFA SAUN

1. Strefa Saun przeznaczona jest wyłącznie dla osób powyżej 16 roku życia.
2. Przed skorzystaniem ze Strefy Saun należy zapoznać się z niniejszym Regulaminem. Osoby korzystające ze Strefy Saun zobowiązane są do przestrzegania postanowień niniejszego Regulaminu.
3. Dla zapewnienia Państwu pełnego komfortu, zabrania się wnoszenia i używania urządzeń rejestrujących obraz i dźwięk. Rejestrowanie obrazu lub dźwięku jest możliwe tylko za zgodą Dyrektora Obiektu.
4. Strefa Saun jest strefą ciszy i relaksu. Personel ma prawo, bez zwrotu poniesionych kosztów, wyprosić Gości, którzy nie dostosowują się do zasad przestrzegania ciszy lub w jakikolwiek sposób powodują dyskomfort u innych Gości korzystających ze Strefy Saun.
5. Przed wejściem do Strefy Saun należy skorzystać z natrysku oraz odpowiednich kosmetyków lub środków myjących.
6. Ze względu na ryzyko odparzenia przy wejściu do sauny w stroju kąpielowym osoby korzystające ze Strefy Saun zobowiązane są do zasłonięcia ciała ręcznikiem, szlafrokiem lub innym specjalnym okryciem saunowym (np. prześcieradło saunowe, pareo). Przebywanie nago w Strefie Saun jest bezwzględnie zakazane do godziny 20.00.
7. W Strefie Saun należy korzystać z pareo /ręcznika zgodnie z zasadami saunowania – siadając lub kładąc się na ławkach w taki sposób, aby żadna część ciała nie stykała się bezpośrednio z deskami (także stopy).
8. Z miejsc siedzących w saunach suchych można korzystać jedynie po uprzednim przykryciu ich (np. ręcznikiem kąpielowym). Dotyczy to także przestrzeni pod stopami.
9. W saunach parowych (mokrych) przed zajęciem miejsca na ławce należy opłukać je wodą, korzystając z węża znajdującego się przy wejściu. Po zakończeniu pobytu czynność tę należy powtórzyć.
10. Poruszanie się użytkowników po Strefie Saun obowiązuje w klapkach antypoślizgowych. Bieganie po Strefie Saun jest zabronione.
11. Do sauny należy wchodzić boso.
12. Wchodząc do strefy Saun Gość potwierdza, że jego stan zdrowia nie stoi na przeszkodzie korzystania z tej formy rekreacji. Nie zaleca się korzystania z saun osobom:

- z intensywnymi chorobami skóry,
- z infekcjami septycznymi,
- z ostrą infekcją wirusową,
- cierpiącym na jaskrę,
- cierpiącym na epilepsję,
- tuż po odbytych treningach o charakterze wytrzymałościowym,
- cierpiącym na ostre i przewlekłe choroby zakaźne,
- cierpiącym na przewlekłe schorzenia gruźlicze, nowotworowe lub niedokrwistość,
- cierpiącym na zredukowaną pracę kory nadnerczy oraz nadczynność gruczołu tarczycy i obrzęki śluzowate,
- cierpiącym na choroby układu krążenia,



- cierpiącym na zapalenie żył, stany miażdżycowe i chorobę wieńcową,
- w stanach pozawałowych i powylewowych,
- cierpiącym na ostre stany zapalne organów wewnętrznych,
- z objawami dekompresji,
- cierpiącym na ciężkie wegetatywne zaburzenia centralnego układu nerwowego, z poważnymi zaburzeniami układu krążenia,
- chorującym na cukrzycę,
- kobiety w czasie menstruacji,
- kobiety w ciąży.

13. W razie wątpliwości dotyczących stanu zdrowia pozwalającego na korzystanie z saun, należy skonsultować się z lekarzem. Z sauny mogą korzystać tylko osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z niej. Za skutki zdrowotne przebywania w saunie pracownicy oraz właściciele obiektu nie ponoszą odpowiedzialności.
14. W przypadku wystąpienia złego samopoczucia, zawrotów głowy, duszności, itp. należy bezzwłocznie powiadomić o tym fakcie pracowników SPA – Złoty Horyzont Spa & Wellness, ratownika wodnego oraz przerwać korzystanie z sauny.
15. Do Strefy Saun nie będą wpuszczane osoby, których stan wskazuje na spożycie alkoholu lub innych podobnie działających środków odurzających.
16. Zabrania się dotykania elementów instalacji doprowadzającej ciepło do urządzeń grzewczych, gdyż grozi to oparzeniem.
17. Zabrania się samodzielnego polewania pieca w saunach wodą i innymi płynami.
18. Każdorazowo po skorzystaniu z sauny należy opłukać ciało pod natryskiem, a następnie schłodzić się w basenie. Ciało należy schładzać od stóp w kierunku serca, nie polewać zimną wodą. Każdy cykl kąpieli saunowej należy zakończyć 15 minutowym odpoczynkiem w pozycji leżącej.
19. Korzystanie z sauny jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie powyższe punkty Regulaminu. Pracownicy i właściciele obiektu nie odpowiadają za wypadki spowodowane nieprzestrzeganiem niniejszego Regulaminu i wskazań obsługi.
20. Osoby naruszające porządek lub przepisy niniejszego Regulaminu będą usunięte ze Strefy Saun.

§ 2 GROTA SOLNA

21. Grotę Solną w Reorcie Złoty Horyzont czynna jest codziennie w godzinach: 10:00-22:00.
22. Każda osoba przebywająca w Grocie Solnej, zobowiązana jest do zapoznania się i przestrzegania Regulaminu Groty Solnej oraz wykonywania poleceń personelu.
23. Ze względów zdrowotnych czas trwania seansu to maksymalnie 45 minut.
24. Z Groty Solnej najlepiej korzystać w suchym stroju. Ze względów higienicznych wymagane jest posiadanie suchego ręcznika.
25. Jednocześnie z Groty może korzystać maksymalnie 6 osób.



- 26.** Dzieci do 10 roku życia przebywają w Grocie Solnej pod opieką dorosłych. Osoby te ponoszą pełną odpowiedzialność za powierzone ich opiece dzieci oraz za szkody przez nie wyrządzone.
- 27.** W grocie solnej obowiązuje całkowity zakaz:
- spożywania pokarmów i napojów,
 - wnoszenia i spożywania napojów alkoholowych i innych środków odurzających,
 - palenia tytoniu z e-papierosem włącznie,
 - wnoszenia opakowań szklanych, ostrych narzędzi oraz innych niebezpiecznych przedmiotów.
- 28.** Na terenie Groty Solnej nie mogą przebywać osoby, których stan wskazuje na spożycie alkoholu lub innych podobnie działających środków odurzających.
- 29.** Dotykanie ścian Groty, elementów wystroju wnętrza, w tym oświetlenia jest zabronione.
- 30.** Nie zaleca się używania zbyt intensywnych kosmetyków przed wejściem do Groty Solnej.
- 31.** W Grocie Solnej zabrania się biegania i hałasowania oraz korzystania z telefonów.
- 32.** W przypadku złego samopoczucia należy niezwłocznie opuścić Grotę. W celu uzyskania pierwszej pomocy przedlekarskiej należy zgłosić się do ratownika wodnego.
- 33.** Osoby z niżej wymienionymi dolegliwościami powinny zasięgnąć opinii lekarza przed wejściem do Groty: nadczynność tarczycy, ostre stany chorób układu oddechowego, zatrucia, niewydolność serca, kobiety w ciąży, klaustrofobia, zaawansowane choroby nowotworowe, ostry stan gruźlicy, inne stany ostrych zapaleń.
- 34.** Korzystanie z Groty Solnej jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie powyższe punkty Regulaminu. Pracownicy i właściciele obiektu nie odpowiadają za wypadki spowodowane nieprzestrzeganiem niniejszego Regulaminu i wskazań obsługi.
- 35.** Osoby naruszające porządek lub przepisy niniejszego Regulaminu będą wyproszone z Groty Solnej.
- 36.** Reklamacje, skargi i wnioski należy kierować na adres e-mail: spa@zlotyhoryzont.pl.
- 37.** Szczegółowych informacji udziela recepcja SPA pod numerem +48 75 37 53 374.
- 38.** Oferta usług Spa & Wellness dostępna jest na stronie www.zlotyhoryzont.pl.
- 39.** Podmiotem odpowiedzialnym jest ZH MANAGEMENT Sp. z o.o. z siedzibą w Gdańsku, przy ul. Al. Zwycięstwa 13A, 80219 Gdańsk, wpisana w rejestrze przedsiębiorców prowadzonym przez Sąd Rejonowy Gdańsk – Północ w Gdańsku, VII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego, pod numerem KRS 0001038842, REGON 525433617 NIP 9571158897.

