

Regulamin korzystania z sauny fińskiej

1. Przed wejściem do sauny należy zapoznać się z treścią regulaminu korzystania z sauny.
2. Klient może korzystać z sauny, deklarując pełną zdolność fizyczną i zdrowotną, ponosząc tym samym odpowiedzialność za stan swojego zdrowia.
3. Klient może korzystać z sauny w godzinach jej otwarcia, tj. 6:00-2:00. Przerwa związana jest z pracami ekipy sprzątającej.
4. W saunie zachowywać należyty porządek.
5. Regulacji urządzeń w saunie, a zwłaszcza temperatury może dokonywać jedynie pracownik.
6. Do sauny Klient może wejść jedynie boso. Zabronione jest wnoszenie jakiegokolwiek obuwia. Przed wejściem do sauny należy zadbać o higienę osobistą- dokładnie przemyć ciało pod prysznicem.
7. Bezwzględnie zabrania się wnoszenia posiłków lub napojów, palenia wyrobów tytoniowych czy też zażywania innych używek.
8. Do sauny należy wchodzić w ręczniku. Nie należy przebywać w niej w pełnym ubiorze bądź mokrym stroju.
9. Wnoszenie sprzętów elektronicznych (np. telefonów) odbywa się na odpowiedzialność Klienta.
10. Osoby niepełnoletnie mogą znajdować się w saunie jedynie pod nadzorem Opiekuna na jego odpowiedzialność.
11. W saunie damskiej mogą przebywać jedynie kobiety, tym samym w męskiej- jedynie mężczyźni.
12. W saunie nie należy przebywać w okularach i szklach kontaktowych.
13. Nie należy przebywać w saunie w biżuterii bądź elementach, które po podgrzaniu będą stanowić zagrożenie poparzenia.
14. W czasie korzystania z sauny należy zachować należyłą ciszę w momencie przebywania w środku osób postronnych.
15. Zabrania się nieobyczajowego zachowania bądź zachowania uznanego powszechnie za nieprzyzwoite lub obraźliwe.
16. Nie zaleca się korzystania z sauny osobom:
 - o chorym na serce oraz choroby krążenia i naczyń krwionośnych;
 - o chorym na ostre infekcje układu oddechowego i stany astmatyczne;
 - o z gorączką;
 - o kobietom w czasie menstruacji i w okresie ciąży;
 - o bezpośrednio po intensywnym wysiłku fizycznym.
17. Korzystanie z sauny jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie powyższe punkty regulaminu.
18. Po zakończeniu korzystania z sauny wskazane jest ochłodzenie ciała pod prysznicem i wypoczynek na leżakach znajdujących się na terenie strefy mokrej.
19. W razie złego samopoczucia należy bezzwłocznie opuścić saunę.

