



REGULAMIN KORZYSTANIA Z SAUNY SUCHEJ

1. Zasady ogólne

1. Sauna przeznaczona jest wyłącznie do celów rekreacyjnych dla gości obiektu.
 2. Korzystanie z sauny odbywa się **na własną odpowiedzialność**.
 3. Osoby niepełnoletnie mogą korzystać z sauny **tylko pod opieką osoby dorosłej**.
 4. Samowolna obsługa sauny **jest zabroniona** bez wcześniejszej konsultacji z personelem.
 5. W przypadku nieuprawnionego uruchomienia sauny lub balii pobierana będzie opłata wynosząca równowartość opłaty za korzystanie z urządzenia zgodnie z cennikiem.
 6. Z sauny nie mogą korzystać osoby:
 - w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środków odurzających,
 - z chorobami serca, nadciśnieniem, chorobami skóry lub infekcjami,
 - po obfitym posiłku lub wysiłku fizycznym.
-

2. Przygotowanie do seansu

1. Przed wejściem do sauny:
 - umyj ciało pod prysznicem i dokładnie osusz skórę,
 - zdejmij biżuterię i zegarki (mogą się nagrzewać),
 - zabierz **ręcznik do siedzenia** (obowiązkowy) oraz pod stopy.
 2. Do sauny wchodzimy **bez stroju kąpielowego**.
-

3. W trakcie korzystania

1. Czas jednego seansu nie powinien przekraczać **8–15 minut**.
2. Po każdym seansie należy odpocząć i schłodzić ciało pod prysznicem lub na zewnątrz i osuszyć do sucha.
3. Zaleca się wykonanie **2–3 seansów** w jednej sesji, z przerwami na regenerację.

4. W saunie zabrania się:

- wylewania wody na piec,
 - polewania się wodą w środku,
 - wnoszenia jedzenia, napojów i urządzeń elektronicznych,
 - zachowania głośnego i niekulturalnego.
-

4. Po zakończeniu seansu

1. Po zakończeniu korzystania należy:

- opuścić saunę spokojnie i zamknąć drzwi,
- umyć ciało i odpocząć w strefie relaksu.

2. Po zakończeniu ostatniego seansu drzwi sauny pozostają uchylone, aby umożliwić wentylację i osuszenie wnętrza - pozwala to odprowadzić nadmiar wilgoci i zapobiega powstawaniu pleśni.

5. Bezpieczeństwo

- Maksymalna temperatura w saunie: **do 90°C**.
 - Nie dotykaj elementów pieca ani kamieni – grozi poparzeniem!
 - Zabrania się **obfitego polewania kamieni!** Grozi uszkodzeniem grzałek! Kamienie można jedynie delikatnie skraplać. W razie stwierdzenia uszkodzenia grzałki pieca elektrycznego w saunie suchej spowodowanej obfitym polewaniem kamieni osoba wynajmująca odpowiada finansowo za naprawę pieca oraz za czas wyłączenia z użytkowania sauny.
 - W razie złego samopoczucia natychmiast opuść saunę i poinformuj obsługę.
 - W saunie nie należy przebywać samemu – zalecane minimum 2 osoby.
 - Stosuj się zawsze do poleceń personelu.
-

6. Uwagi końcowe

- Obiekt nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty pozostawione w saunie.
- Korzystanie z sauny oznacza akceptację niniejszego regulaminu.
- Za nieprzestrzeganie niniejszego regulaminu użytkownik może zostać pozbawiony prawa do korzystania z sauny.
- ☎ Regulamin wchodzi w życie z dniem 17.11.202
- 👤 Osoba odpowiedzialna za nadzór: Norbert Nowak.
- ☎ Kontakt do obsługi: 504195758.

Obsługa obiektu zastrzega sobie prawo do przerwania seansu w razie naruszenia zasad bezpieczeństwa.