



REGULAMIN SAUNY

Przy korzystaniu z pomieszczeń sauny należy bezwzględnie stosować się do instrukcji użytkowania, poleceń oraz informacji udzielanych przez pracownika obsługi.

Wszelkich regulacji sauny, w szczególności regulacji nagrzewania pieca, może dokonywać tylko pracownik obsługi.

Rezerwacja sauny na wyłączność jest możliwa również z wcześniejszą rezerwacją w godzinach otwarcia klubu.

W przypadku rezerwacji sauny na wyłączność obowiązuje dodatkowa opłata w wysokości 120 zł.

W saunie może przebywać w jednym momencie maksymalnie 8 osób.

Chęć skorzystania z sauny należy zgłosić z 30-minutowym wyprzedzeniem.

Z sauny mogą korzystać osoby pełnoletnie oraz dzieci pod nadzorem osób dorosłych.

Osoby przebywające w saunie deklarują pełną zdolność fizyczną i zdrowotną do korzystania z tego typu zabiegów i ponoszą odpowiedzialność za stan swojego zdrowia.

W razie złego samopoczucia należy bezzwłocznie opuścić pomieszczenie.

Po każdorazowym opuszczeniu sauny należy się ochłodzić. Zaleca się schładzanie zimną wodą zaczynając od stóp, nóg i w dalszej kolejności przechodzić wyżej. W czasie przerwy w zabiegu wskazany jest wypoczynek nie krótszy niż czas spędzony w saunie. W trakcie

odpoczynku należy również uzupełnić płyny w organizmie.

Zobowiązuje się użytkowników sauny do przestrzegania porządku i utrzymania czystości użytkowanego pomieszczenia.

W saunie należy korzystać z ręczników: do siedzenia oraz pod stopy, aby uniknąć bezpośredniego kontaktu ciała z drewnem – obuwie należy zostawić przed drzwiami do sauny.

Między sauną a szatniami należy przemieszczać się w klapkach oraz ręczniku.

Należy skorzystać z prysznica przed pierwszym i każdym kolejnym wejściem do sauny oraz wytrzeć się do sucha.

Należy zdjąć metalową biżuterię, zegarki, okulary i szkła kontaktowe, aby uniknąć ewentualnego poparzenia – wszystkie rzeczy należy umieścić na półkach przed sauną.

Zabrania się polewania pieca wodą lub jakimkolwiek innym środkiem chemicznym. Jedyną osobą mogącą polewać wodą piec są pracownicy.

Na teren sauny zabrania się:

- wchodzenia w ubraniu oraz obuwiu,
- wnoszenia picia, jedzenia i wszelkich przedmiotów obcych z tworzyw sztucznych,
- wnoszenia napojów alkoholowych,
- nieobyczajowego zachowania bądź zachowania uznanego powszechnie za nieprzyzwoite lub obraźliwe,
- niszczenia i uszkodzania wyposażenia.

Korzystanie z sauny jest równoznaczne z zapoznaniem się i akceptacją niniejszego regulaminu.

Pracownicy Squash Odlewnicza 7 mają prawo wyprosić osoby łamiące regulamin sauny.

Pracownicy i właściciele obiektu nie odpowiadają za wypadki spowodowane nieprzestrzeganiem niniejszego regulaminu i wskazań obsługi.