

## REGULAMIN I INSTRUKCJA KORZYSTANIA Z SAUNY AL. PARKOWA 13

Poniższy regulamin jest integralną częścią Regulaminu Ogólnego Obiektu

1. Saunę zamawiamy telefonicznie lub osobiście minimum godzinę przed chęcią skorzystania.
2. Sauna włączana jest na życzenie klienta w godzinach od 11:00 do 21:30 od Poniedziałku do Piątku ,od 9:00 do 19:30 w weekendy i Święta.Przed skorzystaniem patrz punkt **1**
3. Wchodząc do pomieszczenia, gdzie znajduje się sauna, należy zalogować się przykładając na chwilę transponder do czytnika. Zapali się wówczas dioda co umożliwi otwarcie drzwi wejściowych do sauny.
4. Przed wejściem do sauny obowiązkowo trzeba wziąć prysznic i wytrzeć się do sucha.
5. Klapki obowiązkowo zostawiamy przed wejściem do sauny. Obowiązkowo do sauny wchodzimy z dużym ręcznikiem kąpielowym i kładziemy go na siedzisku.
6. Wszelkie skaleczenia, pogorszenia samopoczucia należy niezwłocznie zgłaszać pracownikom Ośrodka.
7. Niedozwolone jest korzystanie z sauny w biżuterii, zegarkach, okularach i szklach kontaktowych.
8. Zabrania się korzystania z sauny osobom:
  - bezpośrednio po intensywnym treningu wytrzymałościowym,
  - z chorobami krążenia (żylaki, przebyty zawał, choroba niedokrwienna, nadciśnienie),
  - u których oznaki zewnętrzne wskazują na zakaźne choroby skóry i inne choroby zakaźne oraz brak higieny osobistej,
  - posiadającym otwarte skaleczenia, trudno gojące się rany, trudności w oddychaniu, zaburzenia równowagi,
  - chorym na cukrzycę,
  - kobietom w ciąży,
  - kobietom w czasie menstruacji,
  - będącym pod wpływem alkoholu.
9. Na terenie sauny zabrania się:
  - wchodzenia w ubraniu oraz w obuwiu,
  - wykonywania zabiegów kosmetycznych,
  - hałasowania,
  - dotykania i manipulowania przy urządzeniach elektrycznych i grzewczych,
  - wnoszenia naczyń, jedzenia i wszelkich przedmiotów obcych,
  - wnoszenia napojów alkoholowych,
  - palenia tytoniu,
  - niszczenia i uszkodzania wyposażenia,
  - nieobyczajnego zachowania, bądź zachowania uznanego powszechnie za nieprzyzwoite lub obraźliwe,
  - używania ręczników o nietrwałych kolorach, które mogłyby zabarwić deski.
10. Korzystając z sauny należy bezwzględnie podporządkować się poleceniom pracowników.
11. W saunie suchej polewanie kamieni wodą ,olejkami eterycznymi i wszelkimi innymi środkami jest **ZABRONIONE** .
12. Wylogowanie z sauny następuje po przyłożeniu transpondera do czytnika i otwarciu drzwi.
13. Rozliczenie za korzystanie z sauny odbywa się przy wyjściu w kasie.
14. Z sauny mogą korzystać samodzielnie osoby powyżej 18 roku życia. Dopuszcza się możliwość korzystania z sauny sportowcom, zawodnikom ,klubów ,zrzeszeń sportowych poniżej 18 roku życia obecności swoich trenerów, opiekunów sportowych
15. OSiR „SKAŁKA” nie ponosi odpowiedzialności za skutki nieprzestrzegania niniejszego regulaminu, w szczególności zaistniałe u osób określonych w punktach 6,7,8.
16. O innych sprawach nieobjętych niniejszym Regulaminem decydują przepisy ogólne oraz Kierownik Pływalni.

Regulamin zatwierdził Dyrektor OSiR „Skalka”