



### REGULAMIN KORZYSTANIA ZE STREFY SAUN KRYTEGO BASENU W ANDRYCHOWIE

1. Strefa saun jest integralną częścią Basenu i obowiązują w niej przepisy regulaminu ogólnego.
2. Strefa saun obejmuje: saunę mokrą, saunę suchą, wiadro z zimną wodą, natryski oraz strefę relaksu.
3. Korzystanie ze strefy saun możliwe jest tylko dla osób, które ukończyły 18 lat.
4. Przebywanie w strefie saun dzieci i młodzieży możliwe jest tylko pod opieką osób pełnoletnich.
5. Sauny są strefą koedukacyjną.
6. Korzystanie ze strefy saun jest odpłatne, zgodnie z obowiązującym cennikiem. Czas pobytu rejestrowany jest na bramce poprzez przyłożenie paska basenowego do odpowiedniego czytnika.
7. Użytkownikom zabrania się:
  - a) używania wszelkich sprzętów elektronicznych;
  - b) biegania, hałasowania i prowadzenia głośnych rozmów;
  - c) zachowania uznanego społecznie za nieprzyzwoite lub obraźliwe;
  - d) wnoszenia alkoholu, jedzenia, plastikowych lub szklanych pojemników;
  - e) dotykania i zatykania urządzeń grzewczych i elektrycznych;
  - f) stosowania w saunie mokrej lub suchej własnych płynów, olejków czy innych substancji zapachowych;
  - g) przebywania z przedmiotami metalowymi w celu uniknięcia poparzeń ciała;
  - h) samodzielnej regulacji temperatury i wilgotności w saunie.
8. Obowiązuje bezwzględny zakaz epatowania nagością i naruszania poczucia intymności innych użytkowników korzystających ze strefy saun
9. Przed wejściem do saun należy umyć dokładnie ciało pod prysznicem, a następnie wytrzeć się do sucha.
10. Przed wejściem do sauny należy zdjąć:
  - a) przedmioty metalowe, ponieważ mogą stać się przyczyną poparzeń ciała;
  - b) okulary i szkła kontaktowe;
  - c) obuwie basenowe.
11. W saunie suchej należy siadać na ręczniku. Ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią drewnianą.
12. W saunie mokrej przed i po skorzystaniu należy splukać siedzisko wodą z węża.
13. Ciało schładzać należy począwszy od części najbardziej oddalonych od serca. Głowę schładza się na końcu.
14. Zaleca się odpoczynek w strefie relaksu przez minimum tyle czasu ile spędzono w saunie. Należy uzupełniać wodę w organizmie.
15. Ze strefy saun mogą korzystać osoby zdrowe, u których nie występują przeciwwskazania do przebywania w wysokich temperaturach.  
Ze strefy saun, w szczególności nie powinny korzystać osoby:
  - a) tuż po odbyciu treningu o charakterze wytrzymałościowym;
  - b) cierpiące na jaskrę;
  - c) cierpiące na ostre oraz przewlekłe choroby zakaźne;
  - d) cierpiące na przewlekłe schorzenia gruźlicze oraz nowotworowe;
  - e) cierpiące na choroby układu krążenia;
  - f) cierpiące na zapalenie żył, stany miażdżycowe i chorobę wieńcową;
  - g) w stanach pozawałowych;
  - h) cierpiące na intensywne choroby skóry łącznie z egzemami;
  - i) kobiety w czasie menstruacji oraz kobiety w ciąży.
16. Wejście do strefy saun stanowi potwierdzenie braku przeciwwskazań opisanych powyżej, jak i innych znanych Użytkownikowi.
17. W przypadku zaistnienia wątpliwości Użytkownika, co do braku przeciwwskazań korzystania z saun, powinien on w tym zakresie zasięgnąć rady specjalisty.
18. Obsługa MOSKiT ma prawo, bez zwrotu poniesionych kosztów, wyprosić Użytkowników, którzy w jakikolwiek sposób naruszają regulamin korzystania ze strefy saun.
19. Za skutki zdrowotne przebywania w strefie saun zarządca nie ponosi odpowiedzialności.

