

Regulamin korzystania z Sauny

§1. Informacje ogólne

1. Sauna jest integralną częścią Strefy Relaksu i obejmuje zarówno saunę wewnętrzną, jak i zewnętrzną.
2. Korzystanie z sauny jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu. Gość zobowiązany jest do zapoznania się z nim przed wejściem.

§2. Warunki korzystania

1. Z sauny mogą korzystać wyłącznie osoby pełnoletnie. Dzieci i osoby niepełnoletnie muszą przebywać tam wyłącznie pod stałą opieką osoby dorosłej.
2. Z sauny powinny korzystać wyłącznie osoby zdrowe, świadome swojego stanu fizycznego i psychicznego, przydatnego do korzystania z sauny.

§3. Higiena i ubiór

1. Przed wejściem do sauny należy wziąć prysznic z użyciem mydła i dokładnie osuszyć ciało.
2. W saunie należy siedzieć lub leżeć na własnym ręczniku – aby chronić drewniane ławki.
3. Dozwolone okrycia: ręcznik kąpielowy lub pareo, szlafrok przed wejściem (w saunie bez strojów).

§4. Czas i temperatura

1. Temperatura w saunie wewnętrznej wynosi zwykle **od 85°C do 100°C**; sesje powinny trwać nie dłużej niż **15 minut**.
2. Po zakończeniu sesji należy się ochłodzić – prysznic lub odpoczynek w strefie relaksu.

§5. Zasady bezpieczeństwa i zakazy

1. Przed wejściem należy zdjąć metalową biżuterię, okulary i soczewki kontaktowe.
2. Zakazuje się:
 - spożywania alkoholu, napojów i jedzenia,
 - palenia tytoniu lub e papierosów,
 - wnoszenia ostrych przedmiotów, szkła, kosmetyków czy olejków, hałaśliwego zachowania i biegania,
 - wykonywania zabiegów kosmetycznych wewnątrz.W razie złego samopoczucia należy natychmiast opuścić saunę.

§6. Ograniczenia zdrowotne

1. Korzystanie z sauny jest niewskazane dla osób z chorobami układu krążenia, nerek, skóry, cukrzycą, w ciąży, nietrzeźwych lub z infekcjami.
2. W przypadku wątpliwości co do stanu zdrowia, zaleca się konsultację z lekarzem.

§7. Odpowiedzialność

1. Użytkownik korzysta z sauny na własną odpowiedzialność i odpowiada materialnie za wyrządzone szkody.
2. Personel obiektu ma prawo wyprosić osoby nieprzestrzegające regulaminu bez możliwości zwrotu kosztów pobytu.

§8. Ogólne zasady organizacyjne

1. Sauna działa codziennie w godz. **16:00 – 21:30**
2. Przerwy techniczne i konserwacyjne mogą się zdarzać – sauna może być zamknięta tymczasowo bez prawa do roszczeń.
3. Regulamin dostępny jest przy wejściu do sauny, w recepcji i w karcie informacyjnej pokoju / apartamentu oraz na stronie **www.dzianiszowka.pl**

