



Regulamin Strefy Wellness

ZASADY KORZYSTANIA

- do strefy wellness nie wchodzimy po spożyciu alkoholu, na czczo lub po zbyt obfitym posiłku
- nie wskazane jest korzystanie ze strefy wellness bezpośrednio po intensywnym wysiłku psychicznym lub fizycznym
- przed wejściem do strefy wykonujemy demakijaż oraz dokładnie myjemy całe ciało i włosy
- biżuteria – zarówno metalowa, jak i plastikowa – powinna pozostać w szatni
- kąpiel w jaccuzi powinna odbywać się w stroju przeznaczonym do pływania/kąpieli
- w saunie suchej i parowej winno się przebywać nago
- zabronione jest dotykane wszelkich rozgrzanych elementów w kabinie, czy też manipulowanie przy instalacji elektrycznej
- w łaźni i saunie suchej obowiązuje cisza
- kąpiel w saunie suchej i parowej odbywamy na własne ryzyko; jeśli nie jesteśmy pewni, czy nasz stan zdrowia nie stanowi przeszkody dla tego typu zabiegów – powinniśmy skorzystać z porady lekarza



REGULAMIN KORZYSTANIA ZE STREFY WELLNESS

1. Przed skorzystaniem z saun korzystający powinni zapoznać się z niniejszym regulaminem.
2. Strefa Wellness jest pomieszczeniem służącym procesowi odnowy biologicznej.
3. Strefa Wellness jest strefą nietekstylną. Użytkownicy muszą liczyć się z możliwością, iż ze strefy tej będą korzystać osoby nagie lub niekompletnie ubrane.
4. Z saun należy korzystać nago. Strój kąpielowy zatrzymuje pot na ciele i może spowodować podrażnienia skóry.
5. Do kąpeli w saunie należy zaopatrzyć się w klapki kąpielowe oraz dwa ręczniki, z których jeden służy do wycierania się, a drugi jako podkładka pod ciało.
6. Przed przystąpieniem do kąpeli w saunach należy umyć całe ciało pod prysznicem, a następnie wytrzeć je do sucha.
7. Przed wejściem do sauny należy zdjąć wszystkie przedmioty metalowe i plastikowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała.
8. W saunie należy leżeć lub siedzieć w zrelaksowanej pozycji.
9. Po kąpeli w saunie należy wypocząć około 20 - 30 minut. Wskazane jest picie.
wód mineralnych lub soków w umiarkowanych ilościach (około 0,5 litra).
10. Po pobycie w saunie nie zaleca się wysiłku fizycznego.
11. W razie złego samopoczucia w saunie należy bezzwłocznie opuścić kabinę i wezwać obsługę.
12. Z sauny można korzystać samemu, ale polecane jest towarzystwo innej osoby, co pozwoli na natychmiastową pomoc w wypadku złego samopoczucia.
13. Osoby niepełnoletnie mogą korzystać z sauny tylko i wyłącznie w towarzystwie dorosłego opiekuna.
14. Wejście do wanny jacuzzi może odbywać się wyłącznie od strony schodów.
15. Podczas wychodzenia czy też wchodzenia do wanny jacuzzi należy zachować ostrożność.
16. W wannie jacuzzi może przebywać jednocześnie maksymalnie 8 osób.
17. Zabrania się zachowań zagrażających zdrowiu i życiu osób korzystających ze strefy wellness.

Korzystający ze strefy Wellness ponosi pełną odpowiedzialność za swoje bezpieczeństwo i bezpieczeństwo osób korzystających wspólnie ze strefy.

