

# REGULAMIN STREFY SAUN

1. Strefa Saun jest integralną częścią Pływalni. Na jej terenie obowiązują przepisy „Regulaminu korzystania z krytej pływalni” oraz niniejszego regulaminu.
2. Na terenie Strefy Saun znajdują się:
  - sauna fińska,
  - łaźnia parowo-solankowa,
  - sauna infrared,
  - wiadro bosmana.
3. Korzystających z poszczególnych atrakcji strefy obowiązuje również stosowanie się do instrukcji dotyczących tych atrakcji a także poleceń i informacji udzielanych przez pracowników obsługi Pływalni.
4. Z urządzeń Strefy Saun mogą korzystać:
  - a) osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów sauny,
  - b) z zabiegów sauny fińskiej mogą korzystać tylko osoby pełnoletnie,
  - c) z pozostałych urządzeń strefy mogą korzystać także osoby powyżej 13 roku życia w obecności dorosłego opiekuna.
5. Korzystanie z urządzeń Strefy Saun odbywa się w cenie pobytu na hali basenowej, w związku z tym w przypadku braku dostępności do części lub całej strefy nie przysługuje żadna rekompensata.
6. Z saun lub łaźni nie mogą korzystać osoby:
  - a) chore na serce, z nadciśnieniem tętniczym, chorobą wieńcowa, z chorobami naczyń krwionośnych,
  - b) ze stanami zapalnymi narządów wewnętrznych, z podwyższoną temperaturą ciała, chorujący na choroby zakaźne,
  - c) chore na tarczycę, epilepsję, klaustrofobię, jaskrę, kamice nerkową,
  - d) kobiety w okresie ciąży i czasie menstruacji.

7. Nie zaleca się korzystania z sauny:
  - a) bezpośrednio po obfitym posiłku lub intensywnym treningu wytrzymałościowym,
  - b) osobom chorym na cukrzycę lub choroby krążenia.
8. Przed kąpielą w saunie należy:
  - a) starannie umyć ciało z użyciem mydła i wytrzeć się do sucha,
  - b) zdjąć obuwie basenowe i pozostawić poza kabiną sauny,
  - c) zdjąć okulary i szkła kontaktowe oraz przedmioty metalowe i biżuterię.
9. W saunie fińskiej i infrared należy siadać na rozłożonym ręczniku.
10. W kabinach saun zabrania się:
  - a) zakłócania spokoju pozostałych użytkowników hałaśliwym zachowaniem lub zachowaniem naruszającym normy współżycia społecznego,
  - b) stosowania jakichkolwiek własnych płynów, esencji czy substancji a także samodzielnego polewania urządzeń grzejnych,
  - c) zbliżania jakichkolwiek przedmiotów do urządzeń grzejnych, zanieczyszczania pomieszczeń i ingerowania w pracę urządzeń,
  - d) wszczynania fałszywych alarmów.
11. W przypadku wystąpienia złego samopoczucia należy bezwzględnie przerwać zabieg lub skorzystać z systemu alarmowego w celu przywołania pracownika obsługi.
12. Pobyt w saunie kończy się chłodną kąpielą bez stosowania mydła.
13. Po wychłodzeniu ciała należy wytrzeć się do sucha i wypocząć w strefie relaksu.
14. W przypadku nie stosowania się do tego Regulaminu i poleceń pracowników obsługi, a w szczególności w przypadku zakłócania porządku publicznego i zachowywania się w sposób powodujący dyskomfort u innych osób korzystających ze strefy saun, pracownicy Pływalni mają prawo wezwać takie osoby do opuszczenia strefy saun lub nawet całego obiektu bez możliwości

ubiegania się o zwrot poniesionych kosztów pobytu. Opłaty już uiszczone nie podlegają zwrotowi z uwagi na nienależyte wykonanie umowy zawartej przez osobę zachowującą się w powyższy sposób.

Kierownik

Pływalni Miejskie w Zambrowie