

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SAUNY FIŃSKIEJ

1. Sauny Fińskie wewnętrzna i zewnętrzna są integralnymi częściami Strefy Rekreacyjnej i przy korzystaniu z nich obowiązują przepisy Regulaminu Pływalni oraz Regulaminu niniejszej strefy.
2. Korzystanie z sauny odbywa się za dodatkową opłatą, zgodnie z cennikiem Strefy Rekreacyjnej.
3. Z sauny fińskiej mogą korzystać:
 - osoby zdrowe lub osoby których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów sauny
 - z zabiegów saun fińskich mogą korzystać tylko osoby pełnoletnie
 - z pozostałych urządzeń strefy saun mogą korzystać, także osoby powyżej 13 roku życia w obecności dorosłego opiekuna.
4. Z saun nie mogą korzystać osoby:
 - z dysfunkcjami układu krążenia, układu oddechowego, neurologicznymi, gastrycznymi;
 - ze stanami zapalnymi narządów wewnętrznych z podwyższoną temperaturą ciała chorujący na choroby zakaźne;
 - chore na tarczycę epilepsję, klaustrofobię, jaskrę, kamice nerkową;
 - kobiety w okresie ciąży i czasie menstruacji.
5. Nie zaleca się korzystania z sauny:
 - bezpośrednio po obfitym posiłku lub intensywnym treningu wytrzymałościowym
 - osobom chorym na cukrzycę .
6. Przed kąpielą w saunie należy:
 - starannie umyć ciało z użyciem mydła i wytrzeć się do sucha;
 - zdjąć obuwie basenowe i pozostawić poza kabiną sauny;
 - zdjąć okulary i szkła kontaktowe oraz przedmioty metalowe i biżuterię.
7. Podczas siedzenia lub leżenia w saunach oraz na wszystkich leżankach i siedziskach w strefie konieczne jest podłożenie ręcznika pod całe ciało (również stopy), celem uniknięcia bezpośredniego kontaktu ciała z oparciami, siedziskami i leżankami.
8. W kabinach saun zabrania się:

- dotykać jednostek grzewczych i okolic wylotu pary,
 - zakłócania spokoju pozostałym użytkownikom hałaśliwym zachowaniem lub zachowaniem naruszającym normy współżycia społecznego,
 - stosowania jakichkolwiek własnych płynów, esencji czy substancji a także samodzielnego polewania urządzeń grzejnych,
 - zbliżania jakichkolwiek przedmiotów do urządzeń grzejnych, zanieczyszczania pomieszczeń i ingerowania w pracę urządzeń,
 - wszczynania fałszywych alarmów.
9. W przypadku wystąpienia złego samopoczucia należy bezwzględnie przerwać zabieg lub skorzystać z systemu alarmowego w celu przywołania pracownika obsługi.
10. Pobyt w saunie kończy się chłodną kąpielą.
11. Po wychłodzeniu ciała należy wytrzeć się do sucha i wypocząć w strefie relaksu.
12. Za skutki zdrowotne osób korzystających z saun Ośrodek Sportu i Rekreacji w Połańcu nie ponosi odpowiedzialności.
13. W przypadku nie stosowania się do niniejszego 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 rekreacyjnej, pracownicy Pływalni mają prawo wezwać takie osoby do opuszczenia strefy 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.