**Załącznik Nr 2
do Regulaminu
Pływalni „Delfin” w Połańcu**

**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.
1. 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.
1. Nie zaleca się korzystania z sauny:
* bezpośrednio po obfitym posiłku lub intensywnym treningu wytrzymałościowym
* osobom chorym na cukrzycę .
1. 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.
1. 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.
2. 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.
1. W przypadku wystąpienia złego samopoczucia należy bezwzględnie przerwać zabieg lub skorzystać z systemu alarmowego w celu przywołania pracownika obsługi.
2. Pobyt w saunie kończy się chłodną kąpielą.
3. Po wychłodzeniu ciała należy wytrzeć się do sucha i wypocząć w strefie relaksu.
4. Za skutki zdrowotne osób korzystających z saun Ośrodek Sportu i Rekreacji
w Połańcu nie ponosi odpowiedzialności.
5. 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.