

## **REGULAMIN KORZYSTANIA Z SAUNY W Centrum Rozwoju Com Com Zone Nowa Huta**

1. Sauna w Centrum Rozwoju com Com Zone Nowa Huta jest sauną suchą, która osiąga temperaturę do 100 stopni Celsjusza. Pod określeniem „sauna” rozumiemy pomieszczenie sauny suchej, pokój wypoczynkowy, prysznice, przebieralnie i toalety.

2. Za korzystanie z sauny pobiera się opłaty zgodne z obowiązującym cennikiem. Możliwość korzystania z sauny jest na dwóch obowiązujących zasadach:

- Wejście jednorazowe
- Wejście na wyłączność

3. Zakup biletu, lub odbicie karty partnerskiej, oznacza zapoznanie się i akceptację niniejszego regulaminu, oraz Regulaminu Ogólnego Obiektu.

4. Sauna podlega rezerwacji. Rezerwacji można dokonać osobiście, telefonicznie lub drogą mailową. Przy rezerwacji jednorazowego wejścia, Centrum Rozwoju zastrzega sobie prawo do dopisania klienta do listy, natomiast przy zakupie biletu na wyłączność, z sauny o określonej godzinie mogą skorzystać tylko osoby posiadające bilet na wyłączność – w tej sytuacji nie można dokonać dodatkowej rezerwacji osoby nie związanej z danym klientem.

5. Ze względów bezpieczeństwa w saunie muszą przebywać minimum 2 osoby. Maksymalna ilość mogących przebywać w saunie to 6 osób

6. Sauna w Centrum jest strefą bez tekstylną. Oznacza to, że obowiązuje w niej wyłącznie suchy, bawełniany ręcznik lub pareo. Należy dodatkowo zaopatrzyć się dwa ręczniki, z którego jeden służy do wycierania się, drugi jako podkładka na ławkę.

7. Przed wejściem do sauny, należy ściągnąć wszystkie ozdoby oraz metalowe przedmioty, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała

8. W saunie nie należy przebywać w okularach i szklach kontaktowych

9. Każdy użytkownik, zobowiązany jest przed wejściem do dokładnego umycia ciała z użyciem mydła.

10. Przy korzystaniu z sauny, należy bezwzględnie stosować się do instrukcji użytkownika i informacji udzielanych przez pracowników Centrum Rozwoju Com Com Zone Nowa Huta.

11. Po wejściu do sauny, należy usiąść lub położyć się na ręczniku. Ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią drewnianą

12. Czas przebywania w saunie zależy od samopoczucia, oraz stażu korzystania z sauny (sugerowany czas to 4x15min)

13. Po wyjściu z sauny, należy schłodzić ciało. Po schłodzeniu, zaleca się odpoczynek na leżaku i uzupełnienie poziomu płynów w organizmie wodą mineralną lub sokiem.

14. Za rzeczy pozostawione na terenie sauny, Centrum nie bierze odpowiedzialności

15. Zabrania się korzystania z sauny kobietom w czasie menstruacji

16. Z Sauny mogą korzystać tylko osoby pełnoletnie

17. Z sauny mogą korzystać tylko osoby zdrowe, przed skorzystaniem należy skonsultować się z lekarzem

18. Z sauny nie mogą korzystać osoby: chore na serce, z nadciśnieniem, po udarach, z chorobami naczyń krwionośnych, ze stanami zapalnymi narządów wewnętrznych, gorączką, chorych na tarczycę, padaczkę, w ciąży, oraz pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających obniżających sprawność organizmu, osoby które stosują leki powodujące senność, ociężałość, wzrost lub spadek ciśnienia krwi. Centrum Rozwoju Com Com Zone nie ponosi odpowiedzialności za skutki zdrowotne przebywania tych osób w saunie.

19. Wszelkie skaleczenia, problemy ze zdrowiem, czy pogorszenie samopoczucia, należy niezwłocznie zgłaszać najbliższemu pracownikowi Centrum.

#### **Na terenie sauny zabrania się:**

- Biegania po terenie i hałasowania, oraz prowadzenia głośnych rozmów.
- Wchodzenia na elementy konstrukcyjne saun nie przeznaczonych do tego celu
- Dotykania i manipulowania urządzeniami elektrycznymi i grzewczymi
- Wnoszenia do pomieszczeń saun naczyń, jedzenia i wszelkich przedmiotów obcych
- Wnoszenia i spożywania alkoholu, napojów alkoholowych, oraz innych środków odurzających.
- Palenia tytoniu, papierosów elektronicznych
- Niszczenia i uszkodzenia wyposażenia
- Nie obyczajowego zachowania, bądź zachowania uznanego społecznie za nieprzyzwoite lub obraźliwe
- Zabrania się korzystania z sauny osobom, których oznaki zewnętrzne wskazują na zakaźne choroby skóry i inne choroby zakaźne : grzybice, brodawicę, rumień itp, otwarte skaleczenia, trudno gojące się rany, brak higieny osobistej, częste infekcje dożylne na kończynach, trudności w oddychaniu, zaburzenia równowagi, agresywne zachowania.