

REGULAMIN SAUN I GROTY SOLNEJ

Centrum Rozwoju Com-Com Zone Prokocim w Krakowie

1. Sauny i grota solna dostępne są dla korzystających z Pływalni.
2. Sauny i grota solna dostępne są od poniedziałku do piątku w godzinach 14:00-22:15, sobota-niedziela 07:00-22:15
3. W ramach Pływalni dostępne są:
 - sauna sucha z maksymalną dopuszczalną liczbą korzystających 12 osób
 - sauna parowa z maksymalną dopuszczalną liczbą korzystających 7 osób
 - biosauna z maksymalną dopuszczalną liczbą korzystających 4 osób
 - grota solna z maksymalną dopuszczalną liczbą korzystających 8 osób.
4. Przed wejściem do sauny lub groty solnej oraz rozpoczęciem korzystania z sauny lub groty solnej należy zapoznać się z niniejszym Regulaminem oraz Regulaminem Ogólnym Pływalni Centrum Rozwoju Com-Com Zone w Krakowie oraz stosować się do nich w trakcie korzystania z saun i groty solnej.
5. W saunie każdorazowo muszą przebywać przynajmniej 2 osoby.
6. Sauna funkcjonuje jako strefa tekstylna.
7. W saunie obowiązuje strój kąpielowy (kostium kąpielowy, kąpielówki, szorty basenowe).
8. Zabrania się przebywania w saunie i grocie solnej bez stroju kąpielowego.
9. W saunie i grocie solnej obowiązuje nakaz zakrywania części intymnych .
10. Każdy korzystający z sauny i groty solnej powinien posiadać duży ręcznik kąpielowy.
11. W saunie i grocie solnej należy korzystać z ręcznika w sposób zapewniający brak bezpośredniego kontaktu ciała z powierzchnią ławek.
12. Przed wejściem do sauny należy ściągnąć obuwie basenowe.
13. Wejście do sauny lub groty solnej możliwe jest wyłącznie po dokładnym umyciu ciała pod natryskiem z użyciem środków myjących.
14. Wejście do sauny lub groty solnej możliwe jest wyłącznie po dokładnym osuszeniu ciała.
15. Z sauny mogą korzystać osoby, które ukończyły 13. rok życia. Osoby w wieku od 13 do 17 lat mogą korzystać z sauny wyłącznie pod stałą opieką osoby dorosłej.
16. Korzystanie z sauny suchej należy zaczynać od ław niskich i przemieszczać się do ław wysokich, w zależności od stanu zdrowia i samopoczucia.
17. Po wyjściu z sauny zaleca się przynajmniej 20 minutowy odpoczynek.
18. Nie zaleca się intensywnego wysiłku oraz przebywania w jacuzzi bezpośrednio po wyjściu z sauny.

19. Wszelkie dostrzeżone usterki, nieprawidłowości lub zagrożenia należy bezzwłocznie zgłaszać pełniącemu dyżur ratownikowi wodnemu lub innemu pracownikowi obsługi.
20. Wszelkie urazy, skaleczenia oraz dolegliwości należy bezzwłocznie i bezzwzględnie zgłaszać pełniącemu dyżur ratownikowi wodnemu lub innemu pracownikowi obsługi.
21. Osoby z dysfunkcjami układów: krążenia, oddechowego, nerwowego i trawiennego powinny korzystać z sauny i groty solnej ze szczególną ostrożnością i po konsultacji lekarskiej. Wchodząc do saun i groty solnej korzystający potwierdza, że jego stan zdrowia pozwala na taką formę rekreacji.
22. Obowiązuje zakaz:

- wchodzenia do sauny i groty solnej pojedynczo, chyba że w saunie lub grocie solnej przebywa już inna osoba,
- wchodzenia do sauny i groty solnej w obuwiu,
- wchodzenia do sauny osób, które nie ukończyły 13 roku życia,
- wnoszenia i spożywania w saunie i grocie solnej napojów alkoholowych i środków odurzających,
- wnoszenia do sauny i groty solnej telefonów lub innych urządzeń elektronicznych,
- przebywania w saunie i grocie solnej w stanie po spożyciu alkoholu, w stanie nietrzeźwości, w stanie po spożyciu środka odurzającego i w stanie pod wpływem środka odurzającego,
- spożywania w saunie i grocie solnej artykułów żywnościowych,
- palenia w saunie i grocie solnej tytoniu w jakiegokolwiek postaci, jak również używania papierosów elektronicznych
- wnoszenia do sauny i groty solnej opakowań szklanych, w tym środków myjących i kosmetyków w szklanych opakowaniach, puszek, ostrych narzędzi, broni i innych niebezpiecznych przedmiotów,
- przebywania w saunie lub grocie solnej bez stroju kąpielowego,
- wchodzenia do sauny i groty solnej w biżuterii, okularach i szklach kontaktowych,
- korzystania z sauny i groty solnej bez dokładnego umycia ciała pod natryskiem z użyciem środków myjących,
- korzystania z sauny i groty solnej bez dokładnego osuszenia ciała,
- wchodzenia do strefy basenowej po skorzystaniu z sauny lub groty solnej bez dokładnego umycia ciała pod natryskiem z użyciem środków myjących,
- wchodzenia do sauny i groty solnej osób z przeciwwskazaniami medycznymi do przebywania w saunie i grocie solnej, osób z otwartymi ranami lub skaleczeniami, plastrami opatrunkowymi lub bandażami oraz osób z chorobami, infekcjami lub kontuzjami, które mogą zagrażać innym korzystającym lub osobom trzecim,
- korzystania z sauny przez kobiety w okresie menstruacji i w okresie ciąży,
- polewania kamieni innymi przyrządami niż przeznaczone do tego,

- samodzielnego regulowania temperatury,
- polewania kamieni własnymi olejkami,
- wchodzenia na elementy konstrukcyjne oraz demolowania wyposażenia,
- wciskania przycisku alarmowego gdy nie występuje realne zagrożenie,
- zachowań zagrażających bezpieczeństwu własnemu lub innych osób korzystających z sauny i groty solnej, w szczególności biegania, krzyczenia, popychania, skakania.

23. W sprawach niniejszym Regulaminem nieuregulowanych odpowiednie zastosowanie, w tym zakresie odpowiedzialności odszkodowawczej, mają w szczególności postanowienia Regulaminu Ogólnego Pływalni Centrum Rozwoju Com-Com Zone w Krakowie.