

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SAUNY

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 C. Pod określeniem „sauna” rozumiemy pomieszczenie sauny suchej, pokój wypoczynkowy, prysznice, przebieralnie, toalety.
2. Za korzystanie z sauny pobierane są opłaty zgodnie z obowiązującym cennikiem.
3. Zakup biletu oznacza zapoznanie się i akceptację niniejszego regulaminu oraz Regulaminu Ogólnego Obiektu.
4. Rezerwacji sauny można dokonać osobiście, telefonicznie lub e-mailowo w Recepcji Głównej Centrum.
5. Ze względów bezpieczeństwa w saunie muszą przebywać minimum 2 osoby. Maksymalna ilość osób mogących przebywać w saunie to 6 osób.
6. W saunie obowiązuje wyłącznie ręcznik i/lub szlafrok. Należy zaopatrzyć się w dwa ręczniki z którego jeden służy do wycierania się a drugi jako podkładka na ławkę. Dozwolone jest używanie wyłącznie obuwia basenowego (typu klapki).
7. Przed wejściem do sauny należy zdjąć wszelkie ozdoby oraz przedmioty metalowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała.
8. W saunie nie należy przebywać w okularach i szklach kontaktowych.
9. Przy korzystaniu z pomieszczeń sauny należy bezwzględnie stosować się do instrukcji użytkowania i informacji udzielanych przez pracowników Centrum Rozwoju Com-Com Zone.
10. Każdy użytkownik sauny zobowiązany jest przed wejściem do sauny do dokładnego umycia całego ciała, z użyciem mydła. 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.
11. Czas przebywania w saunie zależy od samopoczucia oraz stażu korzystania z sauny (sugerowany czas około 3x10 minut).
12. Po wyjściu z sauny należy schłodzić ciało. Po schłodzeniu zaleca się odpoczynek na leżaku i uzupełnienie poziomu płynów w organizmie wodą mineralną lub sokiem.
13. Na terenie sauny zabrania się:
 - biegania po terenie i hałasowania oraz głośnego prowadzenia rozmów,
 - wchodzenia na elementy konstrukcyjne saun nieprzeznaczone do tego celu,
 - dotykania i manipulowania przy urządzeniach elektrycznych grzewczych,
 - wnoszenia do pomieszczeń saun naczyń, resztek jedzenia i wszelkich przedmiotów obcych,
 - wnoszenia i spożywania alkoholu i napojów alkoholowych oraz innych środków odurzających,
 - palenia tytoniu,
 - niszczenia i uszkodzania wyposażenia,
 - nieobyczajnego zachowania bądź zachowania uznanego społecznie za nieprzyzwoite lub obraźliwe.
14. Zabrania się z korzystania z urządzeń w saunie osobom, których oznaki zewnętrzne wskazują na zakaźne choroby skóry i inne choroby zakaźne: grzybicę, brodawicę, rumień itp. otwarte skaleczenia, trudno gojące się rany, brak higieny osobistej, częste iniekcje dożylnie na kończynach, trudności w oddychaniu, zaburzenia równowagi, agresywne zachowania.

15. Zabrania się korzystania z sauny kobietom w czasie menstruacji.
16. Z sauny mogą korzystać tylko osoby pełnoletnie.
17. Z sauny mogą korzystać jedynie osoby zdrowe, przed korzystaniem 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, z gorączką, chore na tarczycę, padaczkę, w ciąży oraz pod wpływem alkoholu lub innych środków obniżających sprawność organizmu, lekarstw powodujących senność, ociężałość, wzrost lub spadek ciśnienia krwi.
19. Centrum Rozwoju Com Com Zone nie ponosi odpowiedzialności za skutki zdrowotne przebywania tych osób w saunie.
20. Wszelkie skaleczenia, problemy ze zdrowiem oraz pogorszenie samopoczucia należy niezwłocznie zgłaszać najbliższemu pracownikowi Centrum Rozwoju Com-Com Zone.

Dyrektor Centrum Rozwoju Com-Com Zone Nowa Huta