

**REGULAMIN KORZYSTANIA Z SAUNY**

**Niniejszy Regulamin określa zasady korzystania z Sauny – Strefy Relaksu w Klubie Fit Style Zone z siedzibą przy ul. Śluzowej 21, 59-700 Bolesławiec.**

1. Sauna jest integralną częścią Klubu i obowiązują na jej terenie przepisy Regulaminu ogólnego oraz niniejszego Regulaminu.
2. Przed wejściem na teren sauny i przed rozpoczęciem korzystania z poszczególnych urządzeń należy zapoznać się z Regulaminem.
3. Korzystanie z sauny jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie przepisy Regulaminu.
4. Przy korzystaniu z pomieszczeń sauny należy bezwzględnie stosować się do Regulaminu, Instrukcji użytkowania urządzeń, poleceń i informacji udzielanych przez Pracowników Klubu.
5. Opłata za korzystanie z sauny naliczana jest zgodnie z aktualnym cennikiem.
6. Za skutki zdrowotnie przebywania w saunie Klub nie ponosi odpowiedzialności.
7. Z sauny mogą korzystać tylko osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów.
8. Dzieci do lat 16 mogą przebywać w saunie wyłącznie pod opieką osób pełnoletnich.
9. Z sauny nie mogą korzystać osoby:

* chore na serce, nadciśnienie i z chorobami naczyń krwionośnych,
* chore na tarczycę, klaustrofobie, epilepsję, ostre stany reumatyczne,

nowotwory, ostre infekcje i stany astmatyczne,

* z gorączką,
* kobiety w czasie menstruacji i w okresie ciąży,
* zmęczone i w czasie intoksykacji.

1. Regulacja temperatury i wilgotności w saunie należy do obsługi.
2. Przed wejściem do pomieszczenia sauny należy:

* załatwić potrzeby fizjologiczne,
* zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, gdyż mogą stać się przyczyną

poparzeń ciała,

* zdjąć okulary i szkła kontaktowe,
* umyć całe ciało pod prysznicem mydłem, a następnie wytrzeć do sucha,
* zdjąć obuwie basenowe.

1. W saunie należy siadać na ręczniku oraz trzymać na nim stopy. Ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią siedziska.
2. Wszelkie pogorszenie samopoczucia należy niezwłocznie zgłaszać pracownikom Klubu.
3. Na teren sauny zabrania się:

* wchodzenia w ubraniu oraz obuwiu,
* wykonywania zabiegów kosmetycznych,
* hałasowania oraz głośnego prowadzenia rozmów,
* wnoszenia naczyń, jedzenia i wszelkich przedmiotów obcych,
* wnoszenia napojów alkoholowych,
* nie obyczajowego zachowania, bądź zachowania uznanego powszechnie za nieprzyzwoite lub obraźliwe,
* palenia tytoniu,
* niszczenia i uszkadzania wyposażenia.

1. Po wyjściu z sauny należy schłodzić ciało.
2. Po schłodzeniu należy odpocząć i uzupełnić poziom płynów w organizmie.
3. Osoby naruszające porządek lub przepisy niniejszego regulaminu będą usunięte z obiektu bez prawa zwrotu wcześniej uiszczonych opłat.
4. Klub nie odpowiada za wypadki spowodowane nieprzestrzeganiem

niniejszego Regulaminu i wskazań obsługi.