

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SAUNY W HALI WIDOWISKOWO – SPORTOWEJ W ŁĄCKU

1. Prawo do samodzielnego korzystania z sauny i łaźni mają Klienci, którzy ukończyli 18 rok życia.
2. Dzieci i osoby niepełnoletnie mogą korzystać z sauny tylko pod opieką dorosłych.
3. W pomieszczeniu sauny może przebywać naraz maksymalnie 8 osób.
4. Klient zobowiązany jest do zapoznania się z zasadami metodycznymi korzystania z sauny.
5. Każdy korzystający podejmuje kąpiel w saunie na własne ryzyko i odpowiedzialność.
6. Z sauny mogą korzystać Klienci, którzy wykupili bilet jednorazowy lub posiadają karnet.
7. W przypadku wykupienia całej sauny przez jednego Klienta recepcja-kasa nie sprzedaje kolejnych miejsc.
8. Przed wejściem do sauny należy zgłosić się w recepcji-kasie Hali Widowiskowo - Sportowej w Łącku i wykupić bilet jednorazowy lub karnet.
9. Opłata jest naliczana za 1/2 godzinny pobytu w saunie od osoby, Klientowi przysługuje dziesięciominutowy czas przed i po korzystaniu z sauny na przygotowanie się do kąpieli (zmiana stroju, obuwia w szatni).
10. Klienci niestosujący się do czasu korzystania z sauny zostaną obciążeni kosztami kolejnej godziny, bez możliwości dalszego kontynuowania pobytu.
11. Z sauny suchej mogą korzystać wyłącznie osoby zdrowe (zalecane jest zasięgnięcie opinii lekarza).
12. Do kąpieli w saunie trzeba zaopatrzyć się w obuwie typu klapki, japonki, dwa ręczniki lub kostium kąpielowy i jeden ręcznik.
13. Korzystanie z sauny po obfitym posiłku nie jest wskazane.
14. Przed wejściem do sauny należy zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała.
15. Kąpiel w saunie suchej rozpoczyna się od ław niskich stopniowo przechodząc na wyższe, w zależności od samopoczucia, na ławach można siedzieć lub leżeć.
16. W celu przystosowania układu krążenia do prawidłowego funkcjonowania w pozycji stojącej, wskazane jest w ostatnich 2-3 minutach przebywania w saunie przyjęcie pozycji siedzącej z opuszczonymi nogami.
17. Stosować stopniowe ochłodzenie organizmu, gdyż gwałtowne ochładzanie ciała jest szkodliwe.
18. W każdym etapie kąpieli należy dbać o dobre przegrzanie organizmu oraz dostateczne jego wychłodzenie.
19. Po saunie należy wypocząć około 20-30 minut. Celowe jest picie w umiarkowanych ilościach (około 0,5-1l) wód mineralnych lub soków.
20. W czasie i po zabiegu w saunie przeciwwskazane jest podejmowanie wysiłku fizycznego.
21. W kabinie sauny zabrania się stosowania własnych olejków zapachowo-eterycznych oraz innych środków.
22. Sauna powinna być wykorzystywana zgodnie z jej przeznaczeniem, wyłącznie, jako forma odnowy biologicznej. Nie wolno niszczyć wyposażenia i zanieczyszczać kabiny sauny oraz natrysków.

23. Obsługa Hali Sportowo – Widowiskowej w Łącku ma prawo i obowiązek kontroli czystości i sprawności urządzeń sauny w każdej chwili, nawet w czasie korzystania z sauny przez Klientów.
24. W przypadku zauważenia nieprawidłowości działania kabiny sauny (niska temperatura) prosimy o kierowanie uwag do personelu Hali Sportowo – Widowiskowej w Łącku.
25. Zabrania się wnoszenia do sauny ostrych przedmiotów, własnego sprzętu oraz spożywania alkoholu i posiłków.
26. Podczas pobytu w saunie Klient jest zobowiązany do stosownego, kulturalnego zachowania.
27. Klienci, których stan wskazuje na spożycie alkoholu, środków odurzających i dopingowych, będą wypraszeni z sauny wraz z zakazem korzystania z, bez zwrotu kosztów poniesionych przez Klienta. Może to skutkować całkowitym zakazem korzystania z usług Hali Sportowo – Widowiskowej w Łącku, oraz w uzasadnionych przypadkach do zawiadomienia odpowiednich władz.
28. Każdy Klient jest zobowiązany do zapoznania się i przestrzegania niniejszego regulaminu.
29. Skargi i wnioski należy kierować do personelu Hali Sportowo – Widowiskowej w Łącku
30. Przestrzeganie regulaminu pozwoli na sprawną realizację programu i obsługę naszych Klientów oraz zachowanie przyjemnej atmosfery.
31. Za rzeczy pozostawione w saunie oraz szatni Hala Sportowo – Widowiskowa w Łącku nie ponosi odpowiedzialności.
32. Klienci zobligowani są do wykonywania poleceń personelu Hali Sportowo – Widowiskowej w Łącku.
33. Personel Hali Sportowo – Widowiskowej w Łącku ma prawo usunąć osoby nieprzestrzegające regulaminu.
34. Za wszelkie szkody na mieniu powstałe na terenie Hali Sportowo – Widowiskowej w Łącku z winy Klienta odpowiada Klient do pełnej wysokości szkody.
35. W przypadku stwierdzenia usterek lub braków należy natychmiast powiadomić personel Hali Sportowo – Widowiskowej w Łącku, w przeciwnym razie odpowiedzialność za powstałe szkody spadnie na aktualnych Klientów.
36. Za wypadki i zdarzenia wynikające z nieprzestrzegania regulaminu, oraz zaleceń dotyczących bezpieczeństwa, Hala Sportowo – Widowiskowa w Łącku oraz personel hali Sportowo – Widowiskowej nie ponosi odpowiedzialności.

Łącko 23.10.2012r.

KIEROWNIK
Tadeusz Mikulak