

REGULAMIN SAUNY INFRARED

1. Godziny otwarcia sauny Infrared : **6:00 – 21:45**
2. Sauna Infrared jest integralną częścią Aquapark Polkowice – Regionalne Centrum Rekreacyjno – Rehabilitacyjne S.A. i obowiązują na jej terenie przepisy regulaminu ogólnego oraz niniejszego regulaminu.
3. Przed wejściem na teren sauny Infrared i przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia należy zapoznać się z obowiązującym regulaminem.
4. Korzystanie z sauny Infrared jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie przepisy regulaminu.
5. Przy korzystaniu z pomieszczeń sauny Infrared należy bezwzględnie stosować się do regulaminu, zasad korzystania, poleceń udzielanych przez obsługę.
6. Opłata za korzystanie z sauny Infrared naliczana jest zgodnie z aktualnym cennikiem.
7. Z sauny Infrared korzystać mogą tylko osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów.
8. Dzieci do **lat 16** mogą przebywać w saunie Infrared wyłącznie pod opieką osób pełnoletnich.
9. Z sauny nie mogą korzystać osoby:
 - a) dzieci do lat 3,
 - b) chorujące na stwardnienie rozsiane, z niewydolnością krążenia,
 - c) chore na tarczycę, nowotwory, hemofilię, grzybicę skóry, choroby płuc, nerek, wątroby
 - d) w stanie nagłego zachorowania z wystąpieniem gorączki,
 - e) kobiety w czasie menstruacji i w okresie ciąży,
 - f) w pierwszym miesiącu po operacji lub zabiegu,
 - g) z ostrymi urazami stawów nabytymi w ciągu ostatnich 48 godzin,
 - h) pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających,
 - i) bezpośrednio po wysiłku fizycznym, na czczo lub po zbyt obfitym posiłku, kąpiel w saunie Infrared należy zażywać jedną lub dwie godziny po posiłku,
 - j) w trakcie odbywania terapii w kriokomorze.
10. Za skutki zdrowotne przebywania w saunie Infrared kierownictwo Aquapark Polkowice – Regionalne Centrum Rekreacyjno - Rehabilitacyjne S.A. nie ponosi odpowiedzialności.
11. Przed wejściem do pomieszczenia sauny Infrared należy:
 - a) pozostawić transponder u obsługi,
 - b) zdjąć biżuterię, okulary, zmyć makijaż, kremy, balsamy,
 - c) zdjąć klapki.

12. W saunie Infrared:

- a) mogą przebywać jednocześnie maksymalnie 4 osoby,
- b) optymalny czas seansu wynosi 30 minut,
- c) **należy siadać na ręczniku, ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się bezpośrednio z powierzchnią drewnianą (również stopy),**
- d) nie wykonywać ćwiczeń fizycznych, w trakcie nie zaleca się picia żadnych napojów.

13. Po wyjściu z sauny Infrared:

- a) owiń się ręcznikiem lub załóż szlafrok,
- b) warto uzupełnić płyny, w trakcie seansu tracimy duże ilości wody,
- c) po wyjściu nie jest konieczne schłodzenie ciała pod prysznicem.

14. Wszelkie wypadki lub pogorszenie samopoczucia należy niezwłocznie zgłaszać pracownikowi obsługi.

15. Po wyjściu z sauny należy bezwzględnie odebrać transponder od obsługi.

16. Wszelkie zauważone usterki i nieprawidłowości należy niezwłocznie zgłaszać obsłudze.

PREZES ZARZĄDU

Beata Betka

gk.