

Regulamin Sauny Parowej

1. Sauna jest integralną częścią basenu i obowiązują w niej przepisy Regulaminu Basenu Kąpielowego ogólnego oraz niniejszego.
2. Przed wejściem do sauny należy zapoznać się z obowiązującym regulaminem.
3. Korzystanie z sauny jest równoznaczne z tym, że korzystający zapoznał się i akceptuje wszystkie przepisy regulaminu.
4. Przy korzystaniu z sauny należy bezwzględnie stosować się do regulaminu, poleceń i informacji udzielonych przez upoważnionych pracowników.
5. Za skutki zdrowotne przebywania w saunie Bartoszycki Ośrodek Sportu i Rekreacji nie ponosi odpowiedzialności.
6. Z sauny mogą korzystać tylko osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwość nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z niej. Korzystają z niej na własną odpowiedzialność.
7. Z sauny nie mogą korzystać osoby będące pod wpływem alkoholu lub środków odurzających.
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, klaustrofobię, epilepsję, ostre stany reumatyczne, nowotwory, ostre infekcje, stany astmatyczne i z chorobami skóry,
 - z gorączką.
10. W pomieszczeniu sauny parowej panuje temperatura od 30° C do 50° C oraz wilgotność powietrza wynosząca 100 %.
11. Regulacja temperatury i wilgotności w saunie należy do obsługi (nie wolno samodzielnie zmieniać parametrów, ani polewać wodą urządzeń).
12. Przed wejściem do pomieszczenia sauny należy:
 - umyć całe ciało pod prysznicem,
 - zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, gdyż mogą się stać one przyczyną poparzeń ciała,
 - zdjąć okulary i szkła kontaktowe,
 - zdjąć obuwie.
13. Maksymalnie w saunie może przebywać 6 osób.
14. W saunie można siedzieć i leżeć tylko na ręczniku.
15. Z sauny można korzystać tylko w towarzystwie innej osoby, co pozwoli na natychmiastową pomoc.
16. Czas przebywania zależy indywidualnie od stażu korzystania z sauny (sugerowany czas to ok. 20 minut).
17. Za skutki zdrowotne wynikające z przebywania w saunie BOSiR nie ponosi odpowiedzialności.