

Regulamin łaźni parowej Parku Wodnego Perła

1. Łaźnia parowa to sauna o temperaturze: 40 - 50° C i wilgotności dochodzącej do 100 %.
2. Łaźnia parowa ma właściwości oczyszczające ciało z toksyn, poprawiające krążenie i wyrabiające odporność na choroby.
3. Jedno wejście do łaźni powinno trwać około 5-15 min., a całkowity czas przebywania w łaźni nie powinien przekraczać 30 min. dziennie np. 2 x 15 min. lub 3 x 10 min.
4. Po każdym wyjściu z łaźni należy wziąć prysznic naprzemienny zimną-gorącą wodą (zaczynając od dolnych partii ciała) i odpocząć 10-15 min.
5. W czasie przebywania w saunie nie wolno smarować ciała lub twarzy żadnymi kremami (zmniejszenie powierzchni ciała, która wydała pot).
6. Z łaźni najlepiej skorzystać około 2 godz. po posiłku. Jeżeli nogi i ręce są zimne – ogrzać je przed wejściem.
7. Łaźnia parowa czynna jest:
 1. w ciągu tygodnia, codziennie od godz. 15:00 do godz. 21:45
 2. w soboty niedziele i święta od godz. 8:00 do 21:45
8. Wchodząc do łaźni należy się zalogować przykładając pasek do czytnika wejściowego (5 sek.), co spowoduje zapalenie się diody umożliwiającej otwarcie drzwi wejściowych.
9. Wychodząc należy wylogować się przykładając pasek do czytnika wyjściowego wewnątrz łaźni. W czasie korzystania z łaźni nie jest naliczany czas korzystania z basenu.
10. Z łaźni parowej mogą korzystać wyłącznie osoby pełnoletnie. Dzieci i młodzież powyżej 12-stego roku życia mogą przebywać w łaźni wyłącznie pod opieką osób dorosłych i na ich odpowiedzialność.
11. Do łaźni wchodzimy po dokładnym umyciu się i osuszeniu ciała.
12. Strefa łaźni jest strefą nie tekstylną. Oznacza to, że osoby wchodzące do tego obszaru mogą liczyć się z możliwością spotkania osoby nagiej.
13. Wskazane jest siedzenie na ławkach na suchym ręczniku bez dodatkowych atrybutów jak: kolczyki, biżuteria, łańcuszki, zegarki.
14. W łaźni nie należy przebywać w okularach i szklach kontaktowych.
15. Przebywanie w saunie bez kostiumu jest dozwolone pod warunkiem okrycia narządów płciowych ręcznikiem
16. Z łaźni mogą korzystać wyłącznie osoby zdrowe - na własną odpowiedzialność, korzystając z tej formy rekreacji za bezpieczeństwo zdrowotne odpowiada sam użytkownik.
17. Zabrania się:
 1. wstępu osobom z intensywnymi chorobami skóry, infekcjami septycznymi, ostrą infekcją wirusową, ostrymi stanami zapalnymi organów wewnętrznych, ostrą lub nie wyleczoną gruźlicą, stanem zapalnym serca, ostrymi stanami zawałowymi, objawami dekompresji, chorobami przejawiającymi się nagłymi atakami np. epilepsją, zapaleniem żył, w trzech pierwszych miesiącach po przebytych udarze, z poważnymi zaburzeniami układu krążenia, kobiety w ciąży przed wizytą w łaźni powinny skontaktować się ze swoim lekarzem
 2. dotykania i manipulowania urządzeniami grzewczymi,
 3. wnoszenia naczyń i wszelkich przedmiotów poza ręcznikiem.
17. W łaźni może przebywać jednorazowo maksymalnie 6 osób.
18. Po zakończeniu pobytu w łaźni wskazany jest wypoczynek.
19. Z łaźni parowej powinno się korzystać w towarzystwie innej osoby, co pozwoli na natychmiastową pomoc w wypadku złego samopoczucia.
20. W razie złego samopoczucia w łaźni parowej należy bezzwłocznie przycisnąć przycisk alarmowy i powiadomić dyżurującego ratownika przy niecce basenowej
21. Opłata za korzystanie z łaźni odbywa się po wyjściu w kasie Pływalni.
22. Dyrekcja GOK „Perła” w Nowinach nie ponosi odpowiedzialności za wszelkie zdarzenia powstałe na skutek nie przestrzegania zasad niniejszego regulaminu.
23. Przestrzeganie niniejszego regulaminu obowiązuje wszystkie osoby korzystające z łaźni.
24. W PRZYPADKU POGORSZENIA SAMOPOCZUCIA PODCZAS POBYTU W ŁAŹNI PAROWEJ LUB JAKICHKOWLIEK WĄTPLIWOŚCI ZDROWOTNYCH NALEŻY SKONTAKTOWAĆ SIĘ Z LEKARZEM.