

# REGULAMIN STREFY SAUNARIUM

od dnia 30.08.2024 r.

## I. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Regulamin Strefy Saunarium służy zachowaniu bezpieczeństwa, komfortu i wypoczynku Gości oraz porządku i czystości w obiekcie. Określa zasady i tryb korzystania ze Strefy Saunarium.
2. Wszystkie osoby korzystające z oferty Saunarium zobowiązane są do zapoznania się z Regulaminem i do bezwzględnego przestrzegania postanowień Regulaminu oraz wszystkich instrukcji obowiązujących w obiekcie.
3. Strefa Saunarium jest czynna w sezonie zimowym (16 września - 31 maja) od poniedziałku do piątku w godzinach od 17.00 do 22.30 oraz w soboty i niedziele w godzinach od 16.00 do 22.00. Ostatnie wejście jest możliwe na 65 minut przed zamknięciem. W sezonie letnim (1 czerwca - 15 września) Strefa Saunarium jest czynna od poniedziałku do piątku w godzinach od 18.00 do 22.30 oraz w soboty i niedziele w godzinach od 18.00 do 22.00. Ostatnie wejście jest możliwe na 65 minut przed zamknięciem.
4. W Strefie Saunarium znajduje się sauna infrared, fińska "ziołowa", fińska "kamienna", fińska "ognista", grotta solna, łaźnia rzymska oraz hammam.
5. Rezerwacji wejścia można dokonać:
  - telefonicznie tel. +48 721 906 101,
  - e-mailowo [wellness@przystanaeisenberga.pl](mailto:wellness@przystanaeisenberga.pl),
  - osobiście w Recepcji Strefy Saunarium lub Recepcji Basenowej.
6. Przed wejściem do przebieralni, Klient zobowiązany jest do zmiany obuwia na klapki basenowe.
7. Strefa Saunarium jest strefą bez tekstylną. Oznacza to, że w Strefie Saunarium ciało powinno być zakryte wyłącznie ręcznikiem. Zaleca się wejście bez odzieży/stroju kąpielowego oraz spięcie włosów. Klient powinien wnieść ze sobą 2 lub 3 ręczniki kąpielowe lub pareo.
8. Poza saunami, a także prysznicami należy bezwzględnie owinąć ciało ręcznikiem z uwagi na przeszklenie z widokiem na basen.
9. Przed korzystaniem ze Strefy Saunarium bezwzględnie obowiązuje prysznic.
10. Wchodząc do saun Klient potwierdza, że jego stan zdrowia pozwala na korzystanie z tej formy kąpieli.
11. Wstęp na Strefę Saunarium może być czasowo wstrzymany w przypadku osiągnięcia górnego limitu osób korzystających.
12. Klientem Strefy Saunarium może zostać osoba pełnoletnia, posiadająca pełną zdolność do czynności prawnych. Osoba niepełnoletnia, która ukończyła 16 lat może zostać Klientem za zgodą swoich opiekunów prawnych, którzy biorą za nią pełną odpowiedzialność.
13. Osoba niepełnoletnia powyżej 16 roku życia może przebywać na terenie Strefy Saunarium tylko w obecności swojego opiekuna prawnego.
14. Osoby przebywające na terenie Strefy Saunarium i naruszające porządek publiczny, dobre obyczaje lub stwarzające zagrożenie dla siebie lub innych, a także nie stosujące się do postanowień Regulaminu, instrukcji i zarządzeń oraz instrukcji pracowników Strefy Saunarium mogą zostać usunięte z obiektu bez prawa zwrotu kosztów zakupu biletu wstępu.
15. W przypadku grup zorganizowanych za zapoznanie się z Regulaminem i instrukcjami przez uczestników grupy odpowiedzialny jest opiekun/organizator grupy. Opiekun/organizator grupy ponosi odpowiedzialność za skutki zachowania uczestników grupy.
16. Opiekun osoby niepełnosprawnej jest uprawniony do bezpłatnego wstępu za okazaniem przez podopiecznego dokumentu potwierdzającego konieczność stałej opieki.
17. Wstęp na Strefę Saunarium odbywa się przy użyciu kluczyka do szafki, który uzyskuje się po wykupieniu usługi zgodnie z obowiązującym cennikiem usług.
18. Zakup wejścia i otrzymanie kluczyka upoważnia do korzystania z urządzeń i stref znajdujących się w Strefie Saunarium, i podlega rozliczeniu i zwrotowi (kluczyka) przy wyjściu w kasie Strefy Saunarium.

19. Zakup wejścia i otrzymanie kluczyka oznacza, że Klient zobowiązuje się do przestrzegania wszystkich regulaminów i innych zarządzeń, wydanych w celu zapewnienia bezpieczeństwa w obiekcie.
20. Na terenie Strefy Saunarium obowiązuje bezwzględny zakaz:
  - wnoszenia własnych kosmetyków do saun
  - palenia tytoniu,
  - wnoszenia, spożywania, sprzedaży i podawania napojów alkoholowych, narkotyków oraz innych środków odurzających, psychotropowych itp.,
  - przebywania zwierząt,
  - wnoszenia jedzenia lub napojów (w tym alkoholowych) oraz spożywania posiłków poza miejscami do tego wyznaczonymi,
  - niszczenia wyposażenia.
21. Ze Strefy Saunarium nie mogą korzystać osoby: pod wpływem alkoholu, z ostrymi chorobami skóry, otwartymi ranami, z oznakami częstych infekcji na kończynach górnych, z brakiem higieny osobistej, z widocznymi trudnościami w oddychaniu, z zaburzeniami równowagi, o agresywnym zachowaniu.
22. Dla Państwa komfortu prosimy o nieużywanie telefonów komórkowych, tabletów i innych urządzeń elektronicznych.
23. Zarządca nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na terenie Obiektu.
24. Zarządca nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek zdarzenia wynikłe z nieprzestrzegania przepisów prawa oraz regulacji wewnętrznych obowiązujących na terenie Obiektu.
25. Zarządca zastrzega sobie prawo odmowy sprzedaży biletu wstępu bez podania przyczyny.
26. Klient korzysta z usług Strefy Saunarium na własną odpowiedzialność i ryzyko. Zarządca nie ponosi odpowiedzialności za wszelkie wypadki zaistniałe na terenie Strefy Saunarium, a wynikające ze złego stanu zdrowia Klienta.

## II. ZASADY BEZPIECZEŃSTWA I KORZYSTANIA ZE STREFY SAUNARIUM

1. Korzystając ze Strefy Saunarium należy bezwzględnie przestrzegać Regulaminu, instrukcji, oznakowań i stosować się do poleceń obsługi.
2. Z sauny mogą korzystać jedynie osoby zdrowe, u których nie występują przeciwwskazania do przebywania w wysokich temperaturach. Przeciwwskazania zdrowotne dla korzystania ze Strefy Saunarium:
  - a) osoby bezpośrednio po odbytym treningu o charakterze wytrzymałościowym,
  - b) osoby mające na celu zredukowanie wagi (np. przed zawodami sportowymi), c) kobiety w czasie menstruacji,
  - d) osoby cierpiące na jaskrę,
  - e) osoby cierpiące na padaczkę i na stany psychiatryczne,
  - f) osoby cierpiące na ostre oraz przewlekłe choroby zakaźne oraz ich nosiciele,
  - g) osoby w stanie ostrej choroby gorączkowej,
  - h) osoby o dużej skłonności do krwawień,
  - i) osoby cierpiące na przewlekłe schorzenia gruźlicze, nowotworowe i niedokrwistość,
  - j) osoby cierpiące na choroby układu krążenia,
  - k) osoby cierpiące na zredukowaną pracę kory nadnerczy oraz nadczynność gruczołu tarczycy i obrzęki śluzowate,
  - l) osoby cierpiące na zapalenie żył, stany miażdżycowe i chorobę wieńcową,
  - m) osoby w stanach pozawałowych i powylewowych,
  - n) osoby cierpiące na intensywne choroby skóry łącznie z egzemami,
  - o) osoby cierpiące na ostre stany zapalne organów wewnętrznych,
  - p) osoby z objawami dekompresji,
  - q) Możliwość korzystania z sauny wykluczają również choroby nałogowe (uzależnienia) takie jak narkomania oraz alkoholizm.

- r) Wejście do Strefy Saunarium będzie traktowane jako potwierdzenie braku u osoby zamierzającej skorzystać z sauny przeciwwskazań zdrowotnych.
  - s) W przypadku istnienia wątpliwości, co do braku przeciwwskazań zdrowotnych do korzystania z sauny należy zasięgnąć opinii lekarskiej.
  - t) osoby cierpiące na ciężkie wegetatywne zaburzenia centralnego układu nerwowego z poważnymi zaburzeniami układu krążenia.
3. Na terenie Strefy Saunarium obowiązuje zakaz podejmowania czynności, które zagrażają utrzymaniu bezpieczeństwa, spokoju i porządku. W szczególności:
- wnoszenie jakichkolwiek przedmiotów niebezpiecznych: opakowań szklanych, pojemników ciśnieniowych (w tym dezodorantów, lakierów do włosów, etc.), noży i innych ostrych przedmiotów, rzeczy te należy pozostawić w szafkach,
  - skakanie z fragmentów konstrukcji obiektu,
  - manipulowanie urządzeniami technicznymi.
4. Zasady korzystania z saun:
- a) W saunach należy zachować bezwzględną ciszę.
  - b) Każdy Klient Strefy Saunarium zobowiązany jest przed wejściem do sauny do dokładnego umycia całego ciała z użyciem mydła, a następnie starannego wysuszenia go ręcznikiem. c) Z łaźni rzymskiej należy korzystać nago. Z saun suchych należy korzystać w pareo/ręczniku zgodnie z zasadami saunowania siadając lub kładąc się na ławkach w taki sposób, aby żadna część ciała (także stopy) nie stykała się bezpośrednio z deskami. Należy w tym celu używać pareo lub ręcznika.
  - d) Do sauny należy wchodzić boso.
  - e) Z miejsc siedzących w saunach suchych można korzystać jedynie po uprzednim przykryciu ich (np. ręcznikiem kąpielowym). Dotyczy to także przestrzeni pod stopami. f) W łaźni rzymskiej przed zajęciem miejsca na ławce należy opłukać je wodą korzystając z węża znajdującego się przy wejściu. Po zakończeniu pobytu czynność tą należy powtórzyć.
  - g) Obsługą saun i znajdujących się w nim urządzeń może zajmować się jedynie Obsługa Strefy Saunarium. Zabronione jest stosowanie przyniesionych z zewnątrz płynów, esencji, olejków i innych substancji. Bezwzględnie zabronione jest pozostawianie jakichkolwiek przedmiotów (np. ręczników, płaszczy i prześcieradeł kąpielowych) w bezpośrednim otoczeniu pieca saunowego, gdyż grozi to pożarem.
  - h) Przebywając w pomieszczeniach saun należy pamiętać o różnicy temperatur.
  - i) W przypadku wystąpienia złego samopoczucia, zawrotów głowy, duszności itp. należy bezwzględnie powiadomić o tym obsługę Strefy Saunarium, a jeżeli jest to możliwe jak najszybciej opuścić pomieszczenie sauny.
  - j) Zabronione jest dotykanie elementów instalacji doprowadzającej ciepło do urządzeń grzewczych, gdyż grozi to oparzeniem.
  - k) Zabronione jest samodzielne polewanie pieca w saunach wodą, ani żadnymi innymi płynami.
  - l) Poruszanie się pomiędzy różnymi poziomami w kabinie sauny niewyposażonej w poręcze wymaga zachowania szczególnej ostrożności.
  - m) Czas przebywania w saunie zależy od samopoczucia oraz stażu korzystania z sauny (sugerowany czas około 3 razy po 8-12 minut).
  - n) Po skorzystaniu z sauny należy każdorazowo opłukać ciało pod natryskami, a następnie schłodzić je pod deszczownicą, przy użyciu lodu z kostkarki lub wiadra bosmana. Ciało należy schładzać od stóp w kierunku serca, nie polewać zimną wodą rozgrzanej głowy. Każdy cykl kąpeli saunowej należy zakończyć 10-20 minutowym odpoczynkiem w pozycji leżącej w Strefie Relaksu lub Łażni Hammam (jeśli w Łażni Hammam nie odbywa się prywatny seans, w przypadku trwania prywatnego seansu Łażnia Hammam jest wyłączona z użytku). Na koniec saunowania zaleca się uzupełnienie poziomu płynów wodą mineralną lub sokiem.

5. Wszelkie urazy, skaleczenia oraz zauważone nieprawidłowości czy zagrożenia należy niezwłocznie zgłosić najbliższemu pracownikowi.

6. Zasady korzystania z pozostałych pomieszczeń Strefy Saunarium:

- a) Przebywając w Strefie Saunarium należy stosować się do ogólnych zasad saunowania.
- b) Z leżaków i miejsc siedzących można korzystać jedynie po ich uprzednim przykryciu (np. ręcznikiem, płaszczem czy prześcieradłem kąpielowym).
- c) Zachowanie osób przebywających w Strefie Saunarium nie może zakłócać wypoczynku innych osób ani być dla nich uciążliwe. Bieganie, hałasowanie, natarczywe przyglądanie się innym osobom korzystającym ze strefy Saunarium, itp. jest bezwzględnie zabronione.
- d) W Strefie Saunarium zabronione jest również praktykowanie jakichkolwiek zachowań lub czynności o charakterze seksualnym.
- e) Osoby korzystające z pomieszczeń przeznaczonych do wypoczynku zobowiązane są do zachowania ciszy i spokoju.
- f) Osoby, których komfort korzystania ze strefy Saunarium lub poczucie bezpieczeństwa zostało naruszone na skutek zachowań opisanych w punktach poprzedzających lub z innych powodów, powinny niezwłocznie poinformować o tym Personel Strefy Saunarium.

7. W przypadku złego samopoczucia w trakcie pobytu należy niezwłocznie poinformować personel.

### III. ODPOWIEDZIALNOŚĆ

- 1. Prosimy o nie wnoszenie cennych przedmiotów na teren Strefy Saunarium. Przedmioty mogące ulec uszkodzeniu (telefony komórkowe, zegarki itp.) prosimy pozostawić w szafkach przebieralni.
- 2. Za rzeczy zaginione lub skradzione Zarządca nie ponosi odpowiedzialności.
- 3. Korzystający ponosi odpowiedzialność za każdą szkodę powstałą na skutek nieodpowiedniego korzystania z obiektu i urządzeń znajdujących się na jego terenie.
- 4. Rodzice oraz prawni opiekunowie, organizatorzy grup, ponoszą odpowiedzialność za osoby pozostające pod ich opieką oraz za szkody przez nie spowodowane.
- 5. Zarządca nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek zdarzenia wynikłe z nieprzestrzegania przepisów prawa oraz regulaminów obowiązujących na terenie obiektu.
- 6. Osoby naruszające porządek lub przepisy niniejszego regulaminu będą usunięte z obiektu bez prawa zwrotu wcześniej uiszczonych opłat.
- 7. Za zgubienie kluczyka lub karty należy uiścić opłatę w wysokości 100 zł.
- 8. Uwagi i wnioski należy zgłaszać na Recepcji lub drogą mailową [biuro@przystannaeisenberga.pl](mailto:biuro@przystannaeisenberga.pl)
- 9. O innych sprawach nieobjętych niniejszym Regulaminem decydują przepisy ogólne oraz kierownictwo obiektu.
- 10. Zarządca nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek zdarzenia wynikłe z nieprzestrzegania niniejszego regulaminu.
- 11. Na terenie obiektu znajduje się system monitoringu wizyjnego wraz z zapisem a nagrania z kamer mogą być podstawą do pociągnięcia do odpowiedzialności w stosunku do użytkowników, którzy nie stosują się do regulaminu oraz instrukcji. Kierownictwo obiektu gwarantuje, iż monitoring prowadzony jest w sposób nie naruszający dóbr osobistych oraz godności użytkowników.
- 12. W sprawach nieregulowanych niniejszym regulaminem stosuje się odpowiednie przepisy, w tym przepisy Ustawy z dnia 18.08.2011 r. w sprawie określenia warunków bezpieczeństwa osób przebywających w górach, pływających, kąpiących się i uprawiających sporty wodne (Dz. U. z 2011 r. nr 208 poz. 1240).
- 13. Kierownictwo oraz Pracownicy Centrum Sportu i Rekreacji Przystań na Eisenberga nie ponoszą odpowiedzialności za zgubienie lub utratę na skutek kradzieży, na terenie obiektu przedmiotów wartościowych.



14. Kierownictwo Centrum Sportu i Rekreacji Przystań na Eisenberga nie odpowiada za wypadki spowodowane nieprzestrzeganiem regulaminu obiektu.

OSOBY NARUSZAJĄCE PORZĄDEK PUBLICZNY LUB PRZEPISY REGULAMINU BĘDĄ USUWANE Z OBIEKTU. NIEZNAJOMOŚĆ REGULAMINU NIE ZWALNIA Z ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA NIEPRAWIDŁOWE KORZYSTANIE ZE STREFY SAUNARIUM I UŻYTKOWANIE SPRZĘTU, A CENTRUM SPORTU I REKREACJI PRYZSTAŃ NA EISENBERGA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA NEGATYWNE TEGO SKUTKI.

REGULAMIN STREFY SAUNARIUM OGŁASZA SIĘ POPRZEZ ZAMIESZCZENIE GO W PRZEZNACZONYCH DO TEGO MIEJSCACH NA TERENIE OBIEKTU ORAZ NA STRONIE INTERNETOWEJ.

