

**REGULAMIN SAUN SUCHEJ I MOKREJ
MIEJSKIEGO ZAKŁADU KĄPIELOWEGO W ZGIERZU
przy ul. Łęczyckiej 24**

**administrowanego przez
Miejskie Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej Sp. z o.o. w Zgierzu**

Załącznik do Uchwały Nr 2/10/2019 Zarządu Miejskiego Przedsiębiorstwa Gospodarki
Komunalnej Sp. z o.o. w Zgierzu z dnia 28.10.2019 r.

POSTANOWIENIA OGÓLNE

§ 1

Sauna parowa i sucha są integralną częścią pływalni i obowiązują na ich terenie przepisy Regulaminu Pływalni Miejskiego Zakładu Kąpielowego oraz dodatkowo niniejszego Regulaminu.

§ 2

Korzystanie z saun jest równoznaczne z zapoznaniem się i akceptacją wszystkich zapisów Regulaminu.

WARUNKI I ZASADY KORZYSTANIA Z SAUN

§ 3

1. Sauny czynne są w czasie określonym w aktualnie obowiązującym grafiku pływalni.
2. Z saun można korzystać wyłącznie w czasie wykupionej godziny basenowej.

§ 4

Minimalnie w saunie parowej mogą przebywać 2 osoby, maksymalnie 6 osób.

§ 5

Minimalnie w saunie suchej mogą przebywać 2 osoby, maksymalnie 10 osób.

§ 6

Dzieci i młodzież do lat 16 mogą przebywać w saunach wyłącznie pod opieką osób pełnoletnich.

§ 7

Z saun mogą korzystać tylko osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów.

§ 8

Z sauny parowej i suchej nie mogą korzystać osoby:

- a) chore na choroby krążenia, epilepsję,
- b) z wysokim ciśnieniem tętniczym,
- c) z ostrym stanem zapalnym i gorączką,
- d) kobiety w czasie menstruacji i w okresie ciąży,
- e) po spożyciu alkoholu lub innego środka odurzającego.

§ 9

Zabrania się:

- a) samowolnego dokonywania zmian parametrów sauny,
- b) wchodzenia na elementy konstrukcyjne sauny nieprzeznaczone do tego celu,
- c) wnoszenia na teren saun napojów alkoholowych, pożywienia, jakichkolwiek przedmiotów z wyjątkiem ręczników,
- d) palenia tytoniu,
- e) niszczenia i uszkodzania wyposażenia,
- f) nieobyczajnego zachowania bądź zachowania uznanego społecznie za nieprzyzwoite lub obraźliwe,
- g) głośnego zachowania, zakłócania wypoczynku innym użytkownikom,
- h) stosowania jakichkolwiek własnych płynów, kosmetyków, esencji, olejków czy innych substancji do kąpieli parowej,
- i) po wyjściu z saun korzystania z basenu bez uprzedniego umycia ciała pod prysznicem.

§ 10

Przed wejściem do saun należy:

- a) zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała,
- b) zdjąć okulary i szkła kontaktowe,
- c) umyć całe ciało pod prysznicem mydłem, a następnie wytrzeć się do sucha.

§ 11

Przed wejściem do sauny suchej należy zdjąć obuwie.

§ 12

1. Temperatura w saunie suchej wynosić od 75°C do 110°C, wilgotność powietrza jest

A handwritten signature in black ink is located at the bottom right of the page. To its right is a large, faint, oval-shaped stamp or mark, possibly a seal or a large signature.

utrzymywana na poziomie około 10 %,

2. Temperatura w saunie parowej dochodzi maksymalnie do 50°C, a wilgotność powietrza utrzymuje się na poziomie 100%.

§ 13

W saunie suchej należy siadać na ręczniku. Ręcznik powinien być rozłożony pod całe ciało (również pod stopy) tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią siedziska i podłogi.

§ 14

W saunie parowej można siadać na ręczniku lub bezpośrednio na siedziskach.

§ 15

Wszelkie pogorszenie samopoczucia należy niezwłocznie zgłaszać ratownikowi.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

§ 16

Ewentualne uwagi dotyczące pracy saun należy zgłaszać obsłudze pływalni.

§ 17

Administrator Miejskiego Zakładu Kąpielowego w Zgierzu nie ponosi odpowiedzialności za zdarzenia i wypadki spowodowane nieprzestrzeganiem niniejszego regulaminu.

UWAGA! Z sauny można korzystać tylko na własną odpowiedzialność.

Zarząd Miejskiego Przedsiębiorstwa
Gospodarki Komunalnej Sp. z o.o. w Zgierzu

CZŁONEK ZARZĄDU

Elżbieta Władkiewicz

PREZES ZARZĄDU

Monika Hoffmann-Grabowska