

REGULAMIN SAUNY (PL)

1. Postanowienia ogólne

Sauna jest strefą relaksu i regeneracji przeznaczoną wyłącznie dla Gości obiektu. Korzystanie z niej oznacza akceptację niniejszego regulaminu.

2. Zasady korzystania

- Sauna przeznaczona jest dla osób pełnoletnich oraz niepełnoletnich wyłącznie pod stałą opieką dorosłych.
- Przed wejściem do sauny należy wziąć prysznic i dokładnie osuszyć ciało.
- W saunie należy korzystać z ręcznika — zarówno ze względów higienicznych, jak i komfortu.
- Zabrania się polewania pieca wodą oraz dotykania elementów grzewczych.
- W saunie obowiązuje cisza i zachowanie szacunku wobec innych Gości.

3. Przeciwwskazania

- Nie korzystać z sauny po spożyciu alkoholu, ciężkim posiłku lub w przypadku złego samopoczucia.
- Osoby z chorobami układu krążenia, nadciśnieniem, chorobami skóry lub kobiet w ciąży powinny skonsultować korzystanie z sauny z lekarzem.

4. Bezpieczeństwo

- W przypadku zawrotów głowy, duszności lub dyskomfortu należy natychmiast opuścić saunę.
- Dzieci mogą korzystać z sauny wyłącznie pod bezpośrednim nadzorem dorosłych.
- Zabrania się biegania, skakania oraz gwałtownych ruchów w strefie sauny.

5. Odpowiedzialność

Obiekt nie ponosi odpowiedzialności za urazy wynikające z nieprzestrzegania regulaminu lub niewłaściwego korzystania z sauny.

SAUNA REGULATIONS (EN)

1. General provisions

The sauna is a relaxation and wellness area intended exclusively for Guests of the property. Using the sauna means accepting these regulations.

2. Usage rules

- The sauna is intended for adults and minors only under constant adult supervision.
- A shower is required before entering the sauna, and the body must be thoroughly dried.
- A towel must be used inside the sauna for hygiene and comfort.
- Pouring water on the heater or touching heating elements is strictly prohibited.
- Silence and respect for other Guests are required in the sauna area.

3. Contraindications

- Do not use the sauna after consuming alcohol, a heavy meal or when feeling unwell.
- Guests with cardiovascular issues, high blood pressure, skin conditions or pregnant women should consult a doctor before using the sauna.

4. Safety

- If you experience dizziness, shortness of breath or discomfort, leave the sauna immediately.
- Children may use the sauna only under direct adult supervision.
- Running, jumping or sudden movements in the sauna area are prohibited.

5. Liability

The property is not responsible for injuries resulting from non-compliance with these regulations or improper use of the sauna.