



Pravidlá saunovania

1. Vstup do sauny a jej využívanie je iba na vlastné riziko. Sauna nie je vhodná najmä pre tehotné ženy a ľudí, ktorí by mohli mať problém s pobytom vo veľmi vysokej teplote (napríklad kvôli problémom s krvným tlakom alebo srdcovo-cievnyim ochoreniam).
2. Neplnoleté osoby mladšie ako 16 rokov vstupujú do sauny len v doprovode zákonného zástupcu alebo inej dospelaj osoby a výlučne len na zodpovednosť zákonného zástupcu alebo doprevádzajúcej dospelaj osoby.
3. Obsluhovať saunu je nutné v súlade s návodom na obsluhu.
4. Saunu spustíte vypínačom, ktoré Vám ukáže prevádzkovateľ chaty. Po stlačení vypínača je sauna v prevádzke 60 minút s teplotou 100°C. Priestory sauny sa vyhrejú približne do 15 minút.
5. Je prísne zakázané využívať saunu pod vplyvom alkoholu a psychotropných látok. Pitie alkoholických nápojov sa neodporúča ani po saunovaní.
6. Je prísne zakázané konzumovať jedlo alebo piť nápoje priamo v saune. Pred aj počas procesu saunovania odporúčame dodržiavať pitný režim.
7. Je prísne zakázané nosiť do sauny sklenené predmety.
8. Je prísne zakázané ísť do sauny v obuvi.
9. Pred saunovaním sa osprchujte.
10. Do sauny vstupujte iba s plachtou alebo saunovaným uterákom. V žiadnom prípade neodporúčame saunovanie v plavkách.
11. Počas saunovania je zakázané vylievať vodu na kamene a pec.
12. Jeden pobyt v saune by nemal presiahnuť dĺžku 15 minút. Počet opakovaní je potrebné prispôbiť aktuálnemu pocitu únavy a vyčerpania. Neodporúča sa zopakovať saunovací proces viac ako 3 – 4 krát.
13. Po skončení saunovania je prísne zakázané ísť priamo do vírivky bez osprchovania a zmytia potu. V prípade porušenia tohto pravidla sa platí pokuta 150 € z dôvodu znečistenia vody vo vírivke.
14. Pre ochladenie môžete použiť vedro, ktoré si napustíte v technickej miestnosti a odložíte vedľa sauny.
15. Do sauny nechodte hladný alebo s plným žalúdkom. Minimálne 1-2 hod. pred saunovaním nejedzte.
16. Najvhodnejší čas saunovania je na večer, keďže ide o fyzickú záťaž a mal by po nej nasledovať odpočinok alebo spánok.

17. Ak sauna vykazuje znaky poruchy je zakázané ju používať a je potrebné o uvedenej skutočnosti obratom upovedomiť prevádzkovateľa chaty.
18. Prevádzkovateľ chaty nenesie zodpovednosť za nehody alebo zranenia, ktoré môžu hostia utpieť počas využívania sauny.
19. Znečistenie sauny (jedlom/alkoholom/hrubou nečistotou) alebo používanie sauny v rozpore s týmito pravidlami je pokutované vo výške uvedenej vo VOP.
20. Priestor terasy, na ktorej je umiestnená sauna je monitorovaná kamerovým systémom za účelom ochrany majetku prevádzkovateľa.

