

PREVADZKOVÝ PORIADOK SAUNY

Upozorňujeme návštevníkov sauny, aby dodržiavali nasledujúce pokyny:

1. Pred vstupom do sauny ste povinný dôkladne sa umyť mydlom a dôkladne sa osprchovať.
2. Do sauny sa vstupuje bez plaviek, suchí a ovinutí plachtou.
3. V saune sa dýcha zásadne ústami, dýchanie nosom vysušuje sliznicu a môžu spôsobiť bolesti hlavy.
4. V potiarňi sa sedí, ak to dovoľuje množstvo návštevníkov sauny je možné aj ležať a to len na plachte.
5. V saune ste povinný sa správať slušne, nerozprávajte hlasno, berte ohľad na ostatných návštevníkov.
6. V saune buďte max 15 min. následne je nutné sa schladiť, buď sprchou, ochladzovacím bazénom alebo šokovým vedierko podľa vašej kondície. Následne telo osušte a krátko pobudnite mimo sauny. Tento postup opakujte podľa Vašej kondície a zdravia, najmenej však trikrát.
7. Po poslednom pobyte v saune si celé telo dôkladne opláchnite vlažnou vodou bez mydla a vyutierajte sa do sucha.
8. Navštívte odpočívareň a zostaňte ležať pol hodiny, doplňte tekutiny, ideálne s vitamínom C. Ležte uvoľnene a relaxujte, čím zvýšite správny fyziologický účinok sauny.
9. V prípade nevoľnosti počas návštevy sauny ihneď vyhľadajte obsluhujúci personál.
10. Deti sa nesmú v kabíne zdržiavať bez dozoru dospelých.
11. Do sauny je zakázané brať jedlo, pitie, elektrické prístroje, sklenené, ostré predmety.
12. Manipulovať so zariadením smie len prevádzkovateľ prípadne ním poverená osoba.

SAUNOVANIE JE NA VLASTNÚ ZODPOVEDNOSŤ, AJ KEĎ STE SI VYŽIADALI RADU LEKÁRA.

KOTRAINDIKÁCIE SAUNY

Do sauny nemajú prístup osoby, ktoré trpia príznakmi akútneho ochorenia, najmä zápalmi dýchacích ciest, so zvýšenými teplotami, kašľom, nádchou, hnačkami, bolesťami hlavy, malátnosťou; ďalej osoby s otvorenými hnisavými alebo krvavými ranami a pod. Vstup nie je povolený ani osobám, ktoré trpia prenosnými chorobami a tiež bacilonosičom, ako i osobám, u ktorých sa v najbližšom okolí vyskytla prenosná choroba. Pri cievnych a srdcových chorôb je nutná konzultácia s vaším lekárom.

Nie je povolený vstup osobám pod vplyvom alkoholu ani inej návykovej látky, zahmyzeným a špinavým.

PREVÁDZKOVÝ PORIADOK WELLNESS CENTRA

Vážení návštevníci, do wellness centra vstupujete na vlastnú zodpovednosť, prosíme Vás o dodržiavanie základných pravidiel:

1. Pred vstupom do wellness zóny sa vyzujte. Oblečenie spolu s topánkami si uložte do šatne.
2. Obsluhujúci personál Vám zapožičia 1 ks osušky a 1 ks plachty. Pri odchode vhodte zapožičané veci do nádoby na to určenej.
3. Vyzliekať sa alebo obliekať je dovolené len v šatniach určených na tento účel.
4. Informujte náš personál o zdravotných ťažkostiach, alergiách, ktoré by mohli mať nepriaznivý vplyv na kvalitu poskytovaných služieb. Wellness zóna si vyhradzuje právo odmietnuť vstup osoby, ktorá by túto kvalitu služieb mohla ohroziť.
5. Nezabúdajte na dostatočný prísun tekutín, aby ste sa vyhli dehydratácii.
6. Pri návšteve wellness centra ste povinní šetriť zariadenie wellness zóny a nahradiť škody alebo straty, ktoré boli Vašou vinou spôsobené na zariadení alebo majetku.
7. Prevádzka SportFit s.r.o. nezodpovedá za odcudzenie Vašich osobných vecí.
8. Predmety nájdené v priestoroch wellness centra ste povinní odovzdať zodpovednému zamestnancovi, ktorý ich zapíše do knihy nálezov.
9. Z wellness centra bude bez nároku na vrátenie vstúpného vykázaný návštevník, ktorý napriek napomenutiu poruší zásady správania alebo neposlúchne pokyny obsluhujúceho personálu.
10. Priania a sťažnosti týkajúce sa prevádzky alebo zamestnanca wellness môžu návštevníci podať prevádzkovateľovi v zmysle Zák. č. 152/98 Zb. z. o sťažnostiach.
11. Vstup do wellness centra mimo otváracích hodín je možné dohodnúť individuálne.
12. Dĺžka pobytu vo wellness centre je limitovaná otváracími hodinami.

Na regeneráciu a rekondíciu poskytuje wellness centrum nasledujúce služby: fínsku saunu s kapacitou max 20 osôb, Bio saunu s kapacitou 14 osôb, infra saunu s kapacitou 8 osôb, hydromasážnu vaňu s kapacitou 5 osôb, ochladzujúci bazén, interiérová oddychové zóny s kapacitou 15 lôžok, exteriérové oddychové zóny s kapacitou 15 lôžok, šokové vedierko, klasické masáže chrbta a šije, masáže chodidiel, celotelové masáže, reflexné masáže, relaxačné masáže. Terasu s barom na osvieženie.

PREVADZKOVY PORIADOK PRI HYDROMASAZI

Upozorňujeme návštevníkov pri hydromasáži, aby dodržiavali tieto pokyny:

1. Nedoporučujeme používať hydromasážnu vaňu hneď po použití sauny.
2. Maximálna doporučená doba neprerušovaného kúpeľa je 15 min. Predĺžený pobyt môže spôsobiť prehriatie organizmu následkom čoho môže sa prejavíť malátnosť, až nevoľnosť. V prípade nevoľnosti počas kúpeľa ihneď vyhľadajte obsluhujúci personál.
3. Osobám s otvorenými zraneniami a infekčnými chorobami je ZAKÁZANÉ používať hydromasážnu vaňu.
4. Deti a postihnuté osoby môžu vaňu používať len pod dozorom dospeljej osoby.
5. Pred vstupom do hydromasážnej vane sa dôkladne osprchujte.
6. Pri kúpeli si dávajte pozor, aby ste sa nepošmykli a následne si nespôsobili úraz.
7. Po kúpeli sa s použitím sprchovacieho gélu dôkladne umyte a uterákom osušte
8. Nepoužívajte elektrické prístroje v okolí hydromasážnej vane do vzdialenosti 1,5 m od okraja vane.
9. Nepoužívajte vaňu počas búrky
10. Manipulovať so zariadením smie len prevádzkovateľ prípadne ním poverená osoba (obsluhujúci personál).

KONTRAINDIKÁCIE:

Indisponovaným osobám, osobám trpiacim srdcovo-cievnyimi ochoreniami a vysokým krvným tlakom sa neodporúča použitie hydromasáže.

PREVÁDZKOVY PORIADOK PRE OCHLADZOVACÍ BAZÉN A ŠOKOVÉ VEDIERKO

Upozorňujeme návštevníkov bazéna, aby dodržiavali tieto pokyny:

1. Návštevníci musia dbať svojim chovaním na zásady mravnosti a slušnosti.
2. Je zakázané sa ponárať v kúpacom odevu, spodnom prádle.
3. Návštevníci sa musia vo vlastnom záujme pohybovať opatrne na mokrých podlahách a vyvarovať sa tak pokĺznutiu, prípadne úrazu.
4. Nie je povolené:
 - neprístojné správanie, ktoré ohrozuje osobnú bezpečnosť, poriadok alebo pokoj ostatných užívateľov,
 - volať o pomoc bez vážnej príčiny,
 - zrážať a vhadzovať druhé osoby do vody, sedieť, stáť po obvode bazéna,
 - znečisťovať vodu i ostatné priestory,
 - brať do bazéna jedlo, pitie, sklenené alebo iné predmety, ohrozujúce bezpečnosť návštevníkov,
 - skákanie do vody
5. Využitie šokového vedierka na vlastnú zodpovednosť.

KONTRAINDIKÁCIE:

Do ochladzovacieho bazéna nie je dovolený vstup osobám postihnutým horúčkou, zápalom očných spojiviek, nákazlivými a kožnými chorobami, osobám v podnapitom stave.