

1. Sauna jest integralną częścią pływalni i obowiązują na niej przepisy Regulaminu Korzystania z Krytej Pływalni OLIMPIC w Strawczynku zarządzanej przez Samorządowe Centrum Kultury i Sportu w Strawczynie, ul. Turystyczna 6, 26-067 Strawczyn.
2. Każda osoba korzystająca z sauny ma obowiązek zapoznania się z jej regulaminem, tablicami informacyjnymi oraz instrukcją użytkowania.
3. Nadzór nad przestrzeganiem niniejszego regulaminu pełnią Ratownicy oraz pracownicy pływalni. Wszystkie osoby korzystające z sauny są zobowiązane bezwzględnie stosować się do ich poleceń.
4. **Korzystanie z sauny wliczone jest w cenę biletu na basen.**
5. **Sauna czynna jest:**
 - a) od poniedziałku do piątku od godz. 16:00 do godz. 21:45,
 - b) w soboty, niedziele i święta od godz. 8:00 do godz. 21:45.
6. Sauna osiąga temperaturę max. 100°C i jest sauną suchą. Wartość temperatury widoczna jest na termometrze umieszczonym w saunie.
7. **Z sauny mogą korzystać wyłącznie osoby zdrowe** (zalecane jest zasięgnięcie opinii lekarza), **pełnoletnie** oraz **dzieci powyżej 12 roku życia pod opieką rodzica/opiekuna prawnego**. Korzystając z tej formy rekreacji za bezpieczeństwo zdrowotne odpowiada sam użytkownik.
8. **Z sauny nie mogą korzystać osoby:**
 - a) z gorączką, z chorobami serca, z nadciśnieniem, po udarach, z chorobami naczyń krwionośnych, z intensywnymi chorobami skóry, ze stanami zapalnymi narządów wewnętrznych, chore na padaczkę (epilepsję) oraz z chorobami tarczycy,
 - b) **kobiety w ciąży,**
 - c) osoby u których pobyt w saunie może spowodować niepożądane skutki.
9. Zaleca się korzystanie z sauny w towarzystwie innej osoby, co pozwoli na natychmiastową pomoc w przypadku złego samopoczucia.
10. W razie złego samopoczucia w saunie należy bezzwłocznie wcisnąć przycisk alarmowy i powiadomić Ratownika dyżurującego przy niecce basenowej.
11. **Przed wejściem do sauny należy zmyć makijaż, wziąć prysznic i dokładnie osuszyć całe ciało. Należy także zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała.**

12. **Z sauny powinno korzystać się w kostiumie bawełnianym.** Korzystanie z sauny w stroju innym niż bawełniany może spowodować jego zniszczenie.
13. W saunie należy bezwzględnie siedzieć lub leżeć na osobistym ręczniku kąpielowym, obuwie basenowe należy zostawić przed wejściem do sauny.
14. Z uwagi na duże różnice temperatur pomiędzy poziomami ławek należy wchodzić i schodzić z nich powoli, z krótkim (1 – 2 min.) odpoczynkiem.
15. Nie zaleca się pobyt w saunie dłuższego niż **12 minut**.
16. W saunie może przebywać jednorazowo **max. 15 osób**.
17. W przypadku zauważenia nieprawidłowości działania sauny (np: niska temperatura) prosimy o kierowanie uwag do personelu pływalni OLIMPIC, w przeciwnym razie odpowiedzialność za powstałe szkody spadnie na aktualnych Klientów.
18. Obsługa pływalni OLIMPIC ma prawo i obowiązek kontroli czystości i sprawności urządzeń sauny w każdej chwili, nawet w czasie korzystania z sauny przez Klientów.
19. Po zakończeniu pobytu w saunie przeciwwskazane jest podejmowanie wysiłku fizycznego.
20. **Po skorzystaniu z sauny, przed wejściem do strefy basenowej, należy umyć całe ciało pod natryskiem.**
21. **Zabrania się:**
 - a) dotykania i manipulowania urządzeniami grzewczymi,
 - b) **polewania pieca wodą oraz wszelkiego rodzaju olejkami eterycznymi,**
 - c) noszenia okularów, soczewek kontaktowych oraz wszelkiego rodzaju biżuterii,
 - d) wnoszenia naczyń, butelek z napojami i wszelkich przedmiotów poza ręcznikiem.
22. W razie wypadku spowodowanego nieprzestrzeganiem regulaminu sauny wszelką odpowiedzialność ponosi użytkownik.
23. Wszystkie osoby naruszające porządek publiczny lub przepisy niniejszego regulaminu będą usuwane z sauny, a także z terenu pływalni.