

REGULAMIN SPA

Stary Folwark

1. SAUNA SUCHA I BALIA OGRODOWA

1. 1. Osoba przebywająca w saunie suchej, zobowiązana jest do zapoznania się i przestrzegania Regulaminu oraz kulturalnego zachowania.
2. 2. Przed planowanym korzystaniem z sauny ok. 45-60 minut wcześniej, należy włączyć piec poprzez ustawienie odpowiedniej temperatury. Saunę należy zamknąć.
3. 3. Kamienie polewamy wodą dopiero, gdy piec nagrzej się do ustawionej temperatury – wartość temperatury widoczna jest na termometrze umieszczonym wewnątrz sauny.
4. 4. Przed wejściem do sauny należy zmyć makijaż, wziąć prysznic i dokładnie osuszyć całe ciało. Należy także zdjąć wszystkie przedmioty metalowe (biżuterię, zegarki), okulary i szkła kontaktowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń.
5. Z sauny powinno korzystać się w kostiumie bądź stroju bawełnianym. Korzystanie z sauny w stroju innym niż bawełniany, może spowodować jego zniszczenie.
6. W saunie suchej należy używać własnego ręcznika w celu uniknięcia bezpośredniego kontaktu ciała z powierzchnią drewnianą oraz pozostawić obuwie przed drzwiami sauny.
7. W czasie przebywania w saunie, nie wolno smarować ciała i twarzy żadnymi kremami.
8. W saunie może przebywać jednocześnie max. 4 osób.
9. Nie zaleca się korzystania z sauny bezpośrednio po obfitym posiłku.
10. Korzystanie z sauny rozpoczyna się od ław niskich, stopniowo przechodząc na wyższe. Na ławach można siedzieć lub leżeć (na ręczniku).
11. W celu przystosowania układu krążenia do prawidłowego funkcjonowania w pozycji stojącej, wskazane jest w ostatnich 2 – 3 minutach przebywania w saunie przyjęcie pozycji siedzącej z opuszczonymi nogami.
12. Seans w saunie kończy się zawsze dostatecznym wychłodzeniem ciała wodą – niewskazane jest używanie mydła.
13. W czasie i bezpośrednio po skorzystaniu z sauny nie zaleca się podejmowania wysiłku fizycznego oraz kategorycznie nie można korzystać z wanny jacuzzi.
14. W przerwie i po zakończeniu pobytu w saunie wskazany jest wypoczynek oraz uzupełnienie poziomu płynów w organizmie.
15. Po zakończeniu seansu w saunie suchej należy wyłączyć piec, wyłączyć światła i zamknąć drzwi.
16. Z sauny mogą korzystać wyłącznie osoby zdrowe (zalecane jest zasięgnięcie opinii lekarza), pełnoletnie oraz dzieci pod opieką rodzica/opiekuna prawnego. Korzystając z tej formy rekreacji za bezpieczeństwo zdrowotne odpowiada sam użytkownik.
17. Osoby przebywające w saunie deklarują pełną zdolność fizyczną i zdrowotną do korzystania z tego typu zabiegów i ponoszą odpowiedzialność za stan swojego zdrowia.

18. Z sauny suchej NIE MOGĄ korzystać osoby:

- - cierpiące na jakiejkolwiek dolegliwości skórne i inne choroby zgodnie z przeciwwskazaniami lekarza (przeziębienie, grypa, gorączka, grzybica, choroby skóry, ostra faza trądziku różowatego, nadciśnienie, żylaki, wrzody, niewydolność nerek, choroby płuc, astma, choroby weneryczne, epilepsja, jaskra, daltonizm, choroby serca, schorzenia ostre i przewlekłe, tarczycza, nowotwory, guzy, ogniska zakaźne np. ból zęba),
- - kobiety w ciąży,
- - osoby pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających,
- - osoby niepełnoletnie.

19. Zaleca się korzystanie z sauny w towarzystwie innej osoby, co pozwoli na natychmiastową pomoc w przypadku złego samopoczucia. W przypadku złego samopoczucia w saunie należy bezzwłocznie ją opuścić.

20. Ze względów bezpieczeństwa dopuszczalną temperaturą dla ciała w saunie suchej jest 80°C (dzieci do 16 lat maksymalnie 60°C).

Najkorzystniejszym zabiegiem wystarczającym dla organizmu jest dwukrotne wejście do sauny na około 15 minut. Dłuższe przebywanie może być niebezpieczne dla zdrowia.

21. W przypadku zauważenia nieprawidłowości działania sauny (np. niska temperatura) proszę o niezwłoczne kierowanie uwag do właściciela obiektu. W przeciwnym razie odpowiedzialność za powstałe szkody spadnie na osobę aktualnie korzystającą z sauny.

22. Zabrania się dotykania urządzenia grzewczego, palenia tytoniu (w tym nowatorskich wyrobów tytoniowych), wnoszenia do sauny naczyń, butelek z napojami, żywności i wszelkich innych przedmiotów poza ręcznikami.

23. W razie wypadku spowodowanego nieprzestrzeganiem regulaminu wszelką odpowiedzialność ponosi osoba aktualnie korzystająca z sauny.

24. Korzystanie z sauny jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie powyższe punkty regulaminu.

2. JACUZZI

1. Osoba przebywająca w jacuzzi, zobowiązana jest do zapoznania się i przestrzegania Regulaminu oraz kulturalnego zachowania.

2. Przed przystąpieniem do kąpieli w jacuzzi należy umyć całe ciało pod mydłem i ciepłą wodą. Do jacuzzi nie wchodzimy w makijażu i po użyciu balsamów, kremów, olejków.

3. Przed wejściem do jacuzzi należy bezzwzględnie zdjąć obuwie. Z jacuzzi mogą korzystać wyłącznie osoby posiadające kąpielówki lub kostiumy kąpielowe.

4. Z jacuzzi mogą korzystać tylko osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań.

5. Osoby z dysfunkcjami układu krążenia, układu oddechowego, neurologicznymi i gastrycznymi oraz kobiety w ciąży powinny korzystać z jacuzzi ze szczególną ostrożnością i po konsultacji lekarskiej.

6. Zabrania się korzystania z wanny osobom chorym na choroby zakaźne, z zewnętrznymi widocznymi schorzeniami dermatologicznymi lub z opatrunkami.

7. Dzieci do lat 16 mogą przebywać w wannie wyłącznie pod opieką osób dorosłych.
8. Nie wolno korzystać z jacuzzi będąc pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.
9. Osoby niszczące lub uszkodzające Jacuzzi ponoszą odpowiedzialność odszkodowawczą za wyrządzone szkody.
10. Jednocześnie w jacuzzi może przebywać maksymalnie 6 osób.
11. Zaleca się pobyt w jacuzzi nie dłuższy niż 15-20 minut.
12. Osobom korzystającym z jacuzzi zabrania się:
 - - wchodzenia do jacuzzi w obuwiu,
 - - skakania do jacuzzi,
 - - wchodzenia do jacuzzi w inny sposób niż przy użyciu schodków,
 - - wylewania wody z jacuzzi,
 - - siadania na brzegu jacuzzi,
 - - niszczenia jacuzzi, zaśmiecania i brudzenia jacuzzi oraz terenu wokół jacuzzi,
 - - wchodzenia do jacuzzi wbrew zakazowi lub w czasie wyłączenia jacuzzi z korzystania przez Gości,
 - - wprowadzania zwierząt do jacuzzi,
 - - jedzenia w jacuzzi,
 - - palenia tytoniu (w tym nowatorskich wyrobów tytoniowych),
 - - wnoszenia do jacuzzi ostrych przedmiotów i wszelkich innych niebezpiecznych rzeczy,
 - - zachowywania się w sposób nieobyczajny lub w sposób sprzeczny z zasadami współżycia społecznego.
13. W razie wypadku spowodowanego nieprzestrzeganiem regulaminu oraz instrukcji korzystania z jacuzzi wszelką odpowiedzialność ponosi użytkownik.
14. Zanieczyszczenie jacuzzi poprzez nieodpowiednie zachowanie, opisane w pkt. 12, będzie skutkowało pobraniem z zaliczki kwoty w wysokości 70 zł, przeznaczonej na koszty sprzątnięcia, wymiany i podgrzania wody.
15. Korzystanie z jacuzzi przez Gości nie jest nadzorowane przez ratowników ani przez właściciela obiektu, w związku z tym Goście korzystają z jacuzzi na własną odpowiedzialność.
16. Instrukcja korzystania z jacuzzi:
 - - przed wejściem do jacuzzi należy ściągnąć wierzchnią pokrywę zabezpieczającą (dwie osoby, każda z jednej strony),
 - - do jacuzzi wchodzimy i wychodzimy po schodkach z należytą starannością i ostrożnością,
 - - pierwszeństwo ma osoba wychodząca z jacuzzi,
 - - kąpiel w jacuzzi odbywa się w pozycji siedzącej lub leżącej (w zależności od zajmowanego miejsca),
 - - intensywność hydromasażu regulowana jest za pomocą rozmieszczonych w jacuzzi dysz,
 - - po zakończeniu korzystania z jacuzzi, należy je wyłączyć i zamknąć wierzchnią pokrywę zabezpieczającą (dwie osoby, każda z jednej strony).

3. BASEN

REGULAMIN BASENU ZEWNĘTRZNEGO

Każda osoba korzystająca z Basenu Zewnętrznego zobowiązana jest do zapoznania się z przepisami niniejszego regulaminu oraz podporządkowania się jego zapisom.

1. Regulamin obejmuje Basen Zewnętrzny
2. Basen Zewnętrzny dostępny jest dla Gości od godz. 10:00 do 20:00 w miesiącach maj-wrzesień.
3. Basen pełni funkcję rekreacyjną, bez opieki ze strony ratownika.
4. Głębokość basenu wynosi 150cm.
5. Dzieci do lat 18 mogą przebywać na terenie Basenu zewnętrznego wyłącznie pod opieką osoby pełnoletniej.
6. Podczas trwania prac porządkowych (odkurzacz wodny) obowiązuje całkowity zakaz wchodzenia do niecki basenowej.
7. Osoby korzystające z basenu zobowiązane są do noszenia stroju kąpielowego i skorzystania z prysznica przed wejściem na basen.
8. Przed wejściem na teren Basenu Zewnętrznego należy zmienić obuwie na klapki.
9. Zabrania się skakania do wody i biegania na terenie Basenu Zewnętrznego.
10. Na teren Basenu Zewnętrznego zabrania się wnoszenia żywności oraz elementów/artykułów ostrych, niebezpiecznych, a w szczególności szklanych (w tym kosmetyków w szklanych opakowaniach).
11. Na terenie Basenu Zewnętrznego zabrania się:
 - podawania, wnoszenia i spożywania alkoholu, środków odurzających,
 - spożywania posiłków,
 - palenia papierosów i wyrobów tytoniowych,
 - zaśmiecania obiektu,
 - wprowadzania i przebywania zwierząt,
 - wstępu osobom, których stan wskazuje na spożycie alkoholu lub innych środków odurzających,
 - wstępu osobom, których stan zdrowia może stwarzać zagrożenie utonięcia i narażać zdrowie pozostałych osób korzystających z basenu.
1. Na terenie Basenu Zewnętrznego można spożywać napoje wyłącznie w plastikowych kubkach lub butelkach.
2. Zabrania się korzystania z Basenu Zewnętrznego osobom, których oznaki zewnętrzne wskazują na choroby skóry, otwarte skaleczenia, choroby zakaźne, trudno gojące się rany, padaczkę, trudności w oddychaniu, zaburzenia równowagi oraz agresywne zachowanie.
3. Osoby o niestabilnym stanie zdrowia powinny korzystać z Basenu Zewnętrznego ze szczególną ostrożnością.
4. Zabrania się niszczenia wyposażenia obiektu oraz zanieczyszczenia wody.

5. Osoba, która celowo lub mimowolnie zanieczyściła basen będzie obciążona kosztami wymiany wody.
6. Zaleca się pozostawianie cennych przedmiotów w pokoju hotelowym celem zmniejszenia ryzyka kradzieży lub zagubienia. Za rzeczy zaginione lub skradzione obsługa Starego Folwarku nie ponosi odpowiedzialności.
7. Korzystanie z Basenu Zewnętrznego odbywa się na własną odpowiedzialność użytkownika.
8. Stary Folwark nie odpowiada za uszkodzenia ciała i wypadki wynikające z naruszenia regulaminu.