

REGLAMENT UTILITZACIÓ DE LA SAUNA

HORARIS

De 8.00h a 22.00h tots els dies de la setmana.

ADMISIÓ

La sauna és un servei reservat als socis i sòcies majors de 16 anys.

Es prohibeix l'accés a la sauna a les persones que pateixin malalties infeccioses que posin en perill la salut dels altres usuaris (problemes de pell, grip, etc.).

Per accedir a la sauna és obligatori haver-se dutxat amb aigua i sabó, i assecar-se abans d'entrar.

És obligatori l'ús de xanquetes, banyador i tovallola.

NORMATIVA D'ÚS

S'ha de col·locar la tovallola entre el cos i la fusta dels bancs, a fi d'evitar que la sudoració corporal impregni la fusta.

No es pot accedir a la sauna amb premsa, llibres, mòbils, aparells electrònics i qualsevol altre objecte que pugui perjudicar l'ús de la sauna o el benestar dels usuaris.

Es prohibeix afaitar-se, depilar-se, així com qualsevol altre tipus d'higiene corporal, entrar vestit o amb sabates de carrer, fumar, menjar, beure o qualsevol altre acció que produeixi residus.

Cal parlar en veu baixa i respectar el silenci dels altres.

NORMATIVA DE SEGURETAT

L'aforament màxim de la sauna és de 8 persones.

La porta ha d'estar permanentment tancada.

Es prohibeix manipular els elements de control de la cabina (termòstats, claus, etc.) ni posar aigua a les resistències per crear vapor.

Es prohibeix posar objectes a prop del calefactor per perill d'incendi.

RECOMANACIONS

El temps recomanat d'utilització de la sauna és entre 10 i 15 minuts.

Les persones que pateixen diabetis, malalties del cor, hipo o hipertensió, no han d'utilitzar aquesta instal·lació.

Es recomana treure's de sobre qualsevol objecte metàl·lic com ara rellotges, anells, polseres, arracades, etc.

Nota: El Club Tennis de la Salut no es farà responsable dels danys soferts pels socis per una incorrecta utilització. L'ús de la sauna i les seves possibles conseqüències són responsabilitat exclusiva del soci.

El personal del Club serà el responsable de fer complir aquestes normes, podent si és el cas d'expulsar de la cabina a aquelles persones que incompleixin les normatives.