REGULAMIN KORZYSTANIA Z GORĄCEJ BALII W CHRZTOWSKIM ZAKĄTKU

TEMPERATURA WODY W BALI TO
MAX 40 ° C

I. Zasady Ogólne

- Przed przystąpieniem do kąpieli należy bezwzględnie zapoznać się z niniejszym regulaminem.
- Użytkownicy są zobowiązani do przestrzegania poleceń oraz informacji udzielanych przez gospodarzy obiektu.
- Korzystanie z Gorącej Balii odbywa się na własną odpowiedzialność użytkownika.

II. Zdrowie i Bezpieczeństwo

- Z balii mogą korzystać wyłącznie osoby zdrowe lub takie, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań lekarskich.
- Osoby korzystające z kąpieli deklarują pełną zdolność fizyczną i zdrowotną oraz ponoszą odpowiedzialność za stan swojego zdrowia.
- **Przeciwwskazania do korzystania z balii obejmują:**
    - Choroby serca, nadciśnienie, choroby naczyń krwionośnych.
    - Choroby tarczycy, klaustrofobię, epilepsję, nowotwory, ostre infekcje i astmę.
    - Ciążę oraz menstruację.
    - Stany osłabienia, intoksykacji oraz okres bezpośrednio po intensywnym treningu.
- Zaleca się zasięgnięcie porady lekarskiej przed skorzystaniem z urządzenia w przypadku jakichkolwiek wątpliwości zdrowotnych.
- W balii należy przebywać w towarzystwie drugiej osoby, która może udzielić pomocy w razie zasłabnięcia – **nigdy nie należy w niej spać**.
- Należy zachować szczególną ostrożność przy wchodzeniu i wychodzeniu, gdyż stopnie oraz obrzeża balii mogą być śliskie.

Chrztowski Zakątek

III. Higiena i Przygotowanie

- Przed wejściem do wody należy wziąć dokładną kąpiel z użyciem mydła, aby usunąć kosmetyki i zanieczyszczenia.
- W balii należy przebywać w bawełnianym kostiumie kąpielowym.
- Przed kąpielą należy zdjąć wszelkie przedmioty metalowe (biżuterię, zegarki), aby uniknąć oparzeń.
- W balii nie należy przebywać w okularach ani szkłach kontaktowych.

IV. Zasady Korzystania

- **Czas kąpieli:** Jedno wejście nie powinno trwać dłużej niż **10 minut**.
- Po wyjściu należy schłodzić ciało chłodną wodą i odpocząć 10–15 minut przed kolejną sesją.

- Nie należy korzystać z balii na czczo lub bezpośrednio po obfitym posiłku (zalecany odstęp to 1–2 godziny).
- Zabrania się dotykania elementów pieca (zarówno wystających, jak i zanurzonych), gdyż grozi to poważnym poparzeniem.

V. Dzieci i Młodzież

- **Dzieci poniżej 4 roku życia mają całkowity zakaz korzystania z balii**.
- Dzieci od 4 do 18 roku życia mogą przebywać w obiekcie wyłącznie pod stałą opieką i na odpowiedzialność rodziców lub opiekunów prawnych.
- Rodzice/opiekunowie odpowiadają za wszelkie szkody wyrządzone przez osoby niepełnoletnie.

VI. Zakazy

Na terenie Gorącej Balii surowo zabrania się:

- Wnoszenia i spożywania alkoholu, narkotyków oraz palenia tytoniu i e-papierosów.
- Wnoszenia szklanych naczyń, jedzenia oraz ostrych przedmiotów.
- Wykonywania zabiegów kosmetycznych (peelingi, maski itp.) w wodzie.
- Hałasowania, głośnych rozmów oraz zachowań uznanych za nieobyczajne.
- Niszczenia wyposażenia i zanieczyszczania wody.

Wskazówka od gospodarza: Pamiętaj o regularnym uzupełnianiu płynów – najlepiej wody lub naparów ziołowych – aby utrzymać równowagę organizmu po gorącej kąpieli.

Korzystanie z Gorącej Balii jest równoznaczne z akceptacją powyższego regulaminu.

Życzymy udanej kąpieli

Chrztowksi Zakątek

Chrztowski Zakątek