

# **Regulamin Obsługi Sauny z Paleniskiem Drzewnym dla Wynajmujących Gości Polana Kubice**

## **1. Postanowienia Ogólne**

- 1.1. Sauna z paleniskiem drzewnym (dalej: sauna) jest dostępna wyłącznie dla gości wynajmujących Polanę Kubice.
- 1.2. Korzystanie z sauny odbywa się na własną odpowiedzialność użytkownika.
- 1.3. Każdy gość korzystający z sauny zobowiązany jest do zapoznania się z niniejszym regulaminem i jego przestrzegania.
- 1.4. Osoby naruszające regulamin mogą zostać poproszone o opuszczenie sauny bez zwrotu kosztów.

## **2. Zasady Bezpieczeństwa**

- 2.1. Do sauny mogą wchodzić wyłącznie osoby pełnoletnie oraz osoby niepełnoletnie pod nadzorem dorosłych.
- 2.2. Przed skorzystaniem z sauny zaleca się konsultację z lekarzem, szczególnie w przypadku osób z chorobami serca, układu krążenia, oddechowego lub innymi schorzeniami.
- 2.3. Zabrania się korzystania z sauny pod wpływem alkoholu, narkotyków lub innych substancji odurzających.
- 2.4. Przed wejściem do sauny należy zdjąć metalowe przedmioty, które mogą się nagrzewać i powodować oparzenia.
- 2.5. Korzystający powinni siadać na ręcznikach, aby unikać bezpośredniego kontaktu z ławkami sauny.
- 2.6. Należy unikać bezpośredniego kontaktu z piecem drzewnym, który nagrzewa się do bardzo wysokich temperatur i może powodować poparzenia.
- 2.7. W razie złego samopoczucia należy natychmiast opuścić saunę.

## **3. Użytkowanie Pieca Drzewnego**

- 3.1. Rozpalanie pieca oraz obsługa paleniska mogą być wykonywane wyłącznie przez osoby dorosłe, które znają zasady bezpiecznego korzystania z pieca.
- 3.2. Do paleniska można używać wyłącznie suchego drewna przeznaczonego do spalania.
- 3.3. Zabrania się stosowania materiałów łatwopalnych (np. benzyny, alkoholu) do rozpalania pieca.
- 3.4. Należy regularnie monitorować poziom ognia oraz temperaturę w saunie, aby uniknąć przegrzania.
- 3.5. Po zakończeniu korzystania z sauny należy upewnić się, że ogień w palenisku został całkowicie wygaszony.

## **4. Zasady Korzystania z Sauny**

- 4.1. Maksymalny czas jednorazowego przebywania w saunie wynosi 15 minut. Należy unikać zbyt długich sesji, aby nie doprowadzić do przegrzania organizmu.
- 4.2. Po każdej sesji w saunie zaleca się schłodzenie ciała zimnym prysznicem lub na świeżym powietrzu.
- 4.3. Zaleca się stosowanie kilku krótkich sesji z przerwami na schłodzenie ciała.
- 4.4. Zabrania się wnoszenia do sauny napojów alkoholowych oraz jedzenia.