

# Regulamin Korzystania z Apartamentów



1. Doba hotelowa rozpoczyna się o godzinie 15:00 w dniu przyjazdu, natomiast kończy się o godzinie 11:00 w dniu wyjazdu.  
Ewentualny wcześniejszy przyjazd lub późniejszy wyjazd możliwy jest po uzgodnieniu z właścicielem, w zależności od dostępności Apartamentu.
2. Obowiązuje zakaz palenia wewnątrz apartamentów,
3. W dniu przyjazdu należy zgłosić wszystkie widoczne szkody/uchybień,
4. Zabrania się wprowadzania jakichkolwiek zwierząt do apartamentu,
5. Apartament należy zostawić w takim samym stanie w jakim się go zastało :
  - Wynieść śmieci,
  - Umyć naczynia,
6. Gość ponosi całkowitą odpowiedzialność za zniszczenia powstałe w czasie pobytu z winy gościa lub z winy odwiedzających go osób.
7. Gość ponosi pełną odpowiedzialność za powierzone mu klucze do Apartamentu oraz piloty do bram wjazdowych.
8. Klucze należy odkładać do skrynek przy każdym wyjściu z Apartamentu aby uniknąć ich zgubienia.
9. Gdy gość w znaczący sposób narusza spokój nie przestrzega zasad regulaminu, zastrzegamy sobie prawo do wypowiedzenia gościowi pobytu w apartamencie.
10. Klimatyzacja/ogrzewanie wyłącza się jeżeli jakiegokolwiek okna, drzwi są otwarte.



## **REGULAMIN JACUZZI :**

- Przed przystąpieniem do kąpieli w wannie jacuzzi należy umyć całe ciało pod prysznicem mydłem i ciepłą wodą.
- Przed wejściem do wanny należy bezwzględnie zdjąć obuwie basenowe.
- Z jacuzzi korzystać mogą wyłącznie osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań.
- Za skutki zdrowotne korzystania z jacuzzi korzystający odpowiada osobiście i na własne ryzyko.
- Dzieci do lat 10 mogą przebywać w wannie jacuzzi wyłącznie pod opieką osób dorosłych i na ich odpowiedzialność.
- wejście/wyjście do wanny tylko w oznaczonym miejscu z zachowaniem szczególnej ostrożności.
- pierwszeństwo ma osoba wychodząca z wanny.
- w wannie może przebywać jednocześnie nie więcej niż 5 osób.
- zaleca się pobyt w wannie max. 30min.
- kąpiel w wannie odbywa się jedynie w pozycji siedzącej.

## **Zabrania się :**

- korzystać z jacuzzi będąc pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających,
- korzystać z jacuzzi w więcej niż 5 osób
- wnoszenia do wanny jakichkolwiek przedmiotów lub substancji chemicznych np. szamponów, mydła, olejków, soli kąpielowych itp.
- korzystać z jacuzzi i jednocześnie spożywać artykuły spożywcze
- zanurzania głowy i twarzy
- nieobyczajnego zachowania, bądź zachowania uznanego społecznie za nieprzyzwoite lub obraźliwe.

**Przeciwwskazania :** dysfunkcje układu krążenia , dysfunkcje układu oddechowego, dysfunkcje neurologiczne i gastryczne, ciąża (wyłącznie po konsultacji lekarskiej), choroby zakaźne, zewnętrznie widoczne schorzenia dermatologiczne, opatrunki, nadciśnienie, cukrzyca, alergia, uczulenie na chlor stany zapalne dróg moczowych, grzybica, epilepsja, żylaki, choroby przewlekłe, choroby narządów płciowych.



## Zasady korzystania z sauny :

1. Z sauny mogą korzystać wyłącznie osoby w dobrym stanie zdrowia, bez przeciwwskazań lekarskich.
2. Osoby cierpiące z powodu chorób przewlekłych powinny, przed pierwszym seansem, zasięgnąć opinii lekarza, gdyż niektóre choroby mogą być przeciwwskazaniem do korzystania z sauny.
3. W saunie nie należy przebywać w okularach i szklach kontaktowych.
4. Nie zaleca się korzystania z sauny bezpośrednio po obfitym posiłku.
5. Z sauny należy korzystać wyłącznie w obuwiu typu klapki, nie zawierającego elementów metalowych.
6. Przed wejściem do sauny należy zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, ponieważ mogą stać się przyczyną poparzeń ciała.
7. Przed przystąpieniem do seansu w saunie należy umyć całe ciało pod prysznicem mydłem i ciepłą wodą, a następnie wytrzeć do sucha.
8. W saunach suchych (drewnianych) należy siadać na ręczniku. Ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią drewnianą.
9. Korzystanie z sauny rozpoczyna się od ław niskich, stopniowo przechodząc na wyższe.
10. Na ławach można siedzieć lub leżeć (na ręczniku).
11. Przed skorzystaniem z sauny nie należy stosować kosmetyków, w szczególności w formie kremów lub balsamów do ciała, gdyż powoduje to ograniczenie pocącej się powierzchni ciała i intensywności pocenia się. 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. W każdym etapie korzystania z sauny należy dbać odpowiednio o dobre ogrzanie ciała i dostateczne jego wychłodzenie.
13. Kąpiel w saunie kończy się zawsze dostatecznym wychłodzeniem ciała wodą – niewskazane jest używanie mydła.
14. W czasie i bezpośrednio po skorzystaniu z sauny nie zaleca się podejmowania wysiłku fizycznego.
15. Po skorzystaniu z sauny należy wypocząć około 20 – 30 minut. Celowe jest wypicie w tym czasie umiarkowanych ilości płynów (około 0,5 – 1 l), najlepiej wód mineralnych lub soków owocowych.
16. Zabrania się wnoszenia do sauny : jedzenia, napojów, przedmiotów metalowych, przedmiotów szklanych.
17. Drzwi od sauny nie mogą być otwarte dłużej niż 10 sekund, powinny zostać zamknięte zaraz po wyjściu bądź wejściu do/z sauny.