



ZALAEGERSZEGI SPORT- ÉS TANUSZODA WELLNESS RÉSZLEG

HÁZIREND

- A HÁZIREND A ZALAEGERSZEGI SPORT- ÉS TANUSZODA KOMPLEXUM TELJES WELLNESS SZOLGÁLTATÁSI TERÜLETÉRE VONATKOZIK.
- A FINN- ÉS AZ INFRA SAUNÁK, VALAMINT A GŐZKABIN HELYSÉG A PIHENÉST ÉS AZ EGÉSZSÉGET KÍVÁNJÁK SZOLGÁLNI. AZ ELŐÍRÁSOK BETARTÁSA A BIZTONSÁGOT, A TISZTASÁGOT ÉS A VENDÉGEK KÉNYELMÉT SZOLGÁLJÁK.
- MINDEN SAUNÁBAN, GŐZKABINBAN TALÁLHATÓ EGY VÉSCSENGŐ, AMELY AZ ÜZEMELTETŐ SZEMÉLYZET RÉSZÉRE JELEZ ROSSZULLÉT VAGY EGYÉB PROBLÉMA ESETÉN. KÉRJÜK, HOGY JELEZZENEK VELE A SZEMÉLYZET RÉSZÉRE.
- A SAUNÁKAT ÉS A GŐZKABINT MINDENKI CSAK SAJÁT FELELŐSSÉGÉRE HASZNÁLJA!
- NEM HASZNÁLHATJÁK A SAUNÁT AZON EMBEREK, AKIK ITTASAK, ILLETVE KÁBÍTÓ, BÓDÍTÓ, TUDATMÓDOSÍTÓ SZER HATÁSA ALATT ÁLLNAK, NYÍLT SEBÜK, BŐRBETEGSÉGÜK VAGY FERTŐZŐ BETEGSÉGÜK (MINT PL.: INFLUENZA) VAN, EPILEPSZIÁS EMBEREK, ILLETVE AZON SZEMÉLYEK, AKIKET A FELÜGYELŐ SZEMÉLYZET A SAUNÁK HASZNÁLATÁTÓL ELTILT!
- A SAUNÁK ÉS A GŐZKABIN HASZNÁLATA ELLENJAVALLT SZÍV-, KERINGÉSI- ÉS LÉGZÉSI ELÉGTELENSÉG, DAGANATOS MEGBETEGEDÉS, INKONTINENCIA, AKUT GYULLADÁSOS MEGBETEGEDÉS, AKUT VESEBETEGSÉG, TUBERKULÓZIS, TROMBÓZIS, SÚLYOS VISSZÉRBETEGSÉG, PAJZSMIRIGY FOKOZOTT MŰKÖDÉSE, SZÍVRITMUSZAVAR, LÁZAS BETEGSÉG, KEZELETLEN MAGAS VÉRNYOMÁS, KIMERÜLTÉG ESETÉN!
- KÉTSÉG ESETÉN KÉRJÜK, KONZULTÁLJANAK HÁZIORVOSUKKAL A SAUNA HASZNÁLATÁVAL KAPCSOLATBAN. A SAUNA HASZNÁLATA 18 ÉVES KORTÓL ENGEDÉLYEZETT.
- EGÉSZSÉGÜK ÉS A BIZTONSÁGOS SAUNÁZÁS ÉRDEKÉBEN KÉRJÜK, TARTSÁK BE A JAVASOLT SAUNA HASZNÁLATI IDŐT. A JAVASOLT IDŐTARTAM: 5 – 15 PERC.
- A SAUNÁK ÉS A GŐZKABIN TELJES TERÜLETÉN TILOS AZ ÉTEL ÉS ALKOHOLFOGYASZTÁS! A SAUNÁK ÉS A GŐZKABIN TERÜLETÉRE ÜVEGTÁRGYAK BEVITELE SZIGORÚAN TILOS!
- KÉRJÜK, A BERENDEZÉSI TÁRGYAKRA VIGYÁZNI SZÍVESKEDJENEK. AZ ESETLEGES RONGÁLÁS VAGY SZENNYEZÉS MIATT FELMERÜLŐ KÖLTSÉGEKET AZ OKOZÓ MEGTÉRÍTENI KÖTELES! KÉRJÜK, KÁROKOZÁS, SÉRÜLÉS ESETÉN – MÉG HA VÉLETLEN MŰVE IS – A FÜRDŐ DOLGOZÓIT TÁJÉKOZTATNI SZÍVESKEDJENEK. MINDEN KEDVES VENDÉGÜNKET KÉRJÜK A TELJES SAUNA RÉSZLEG TERÜLETÉN A TISZTASÁG MEGŐRZÉSÉRE.
- A SAUNA RÉSZLEGBE UTCAI CIPŐVEL BELÉPNI TILOS, AZ KIZÁRÓLAG FÜRDŐPAPUCSBAN HASZNÁLHATÓ. A TÖBBI VENDÉG ÉRDEKÉBEN KÉRJÜK, HOGY A TISZTASÁG, BIZTONSÁG ÉS PIHENÉS MEGZAVARÁSÁT MELLŐZNI SZÍVESKEDJENEK (PL.: HANGOSKODÁS, ÉNEKLÉS, FÜTYÜLÉS, TELEFONÁLÁS STB.). A SZEMETET KÉRJÜK, A KUKÁBA KIDOBNI SZÍVESKEDJENEK.
- BÁRMILYEN RENDKÍVÜLI ESEMÉNYT (SZEMÉLYI SÉRÜLÉST, ROSSZULLÉTET, BALESETVESZÉLYES ESZKÖZ VAGY TÁRGY JELENLÉTÉT) KÉRJÜK, HALADÉKTALANUL JELEZZÉK A SZEMÉLYZETNEK!
- A PAPUCSOT HAGYJUK A SAUNÁN KÍVÜL. A LEGTÖBB MŰANYAGBÓL KÉSZÜL ÉS RAGASZTOTT. A SAUNA ÜZEMI HŐMÉRSÉKLETÉN EZEK A SZINTETIKUS ANYAGOK KIOLDÓDNÁK ÉS PÁROLOGNAK.
- KÉRJÜK, HOGY A FÜRDŐRUHA HASZNÁLATÁT NE MELLŐZZÉK, MÉG ANNAK ELLENÉRE SEM, HOGY A TŐLÜNK NYUGATABBRA LÉVŐ ORSZÁGOKBAN EZ ELFOGADOTT.
- SOKAN NEM TULAJDONÍTANAK JELENTŐSÉGET A VIZES TESTNEK ÉS TEXTÍLIÁNAK (A FINN SAUNÁKBAN) PEDIG NAGYON FONTOS A MEGFELELŐ KLÍMA ELÉRÉSÉHEZ A SZÁRAZ TEST ÉS FÜRDŐRUHA, ILLETVE LEPEDŐ, HOGY NE HÚTSÜK VELE A SAUNA TERET ÉS MAGUNKAT. ÍGY JOBBAN EL TUDJUK ÉRNI A VEREJTÉKEZÉST ÉS EZZEL A MÉREGTELENÍTÉST.
- A FINN SAUNÁKBAN SAJÁT MAGUNK ÉS MÁSOK ÉRDEKÉBEN IS NAGYON FONTOS HIGIÉNAI OKOKBÓL TEXTÍLIÁRA ÜLNI, AZT ÚGY LEITERÍTENI, HOGY LÁBUNK ALATT IS LEGYEN. EZZEL MEGAKADÁLYOZZUK A VEREJTÉK PADRA VALÓ LECSÖPPENÉSÉT.
- ÚGY FOGLALJUNK HELYET ÉS HELYEZKEDJÜNK EL, HOGY VEREJTÉKÜNK NE CSÖPÖGJÖN SAUNÁZÓ TÁRSAINKRA. HA TÚL ZSÚFOLT A SAUNA, ÉRDEMES KIMENNÜNK ÉS MEGVÁRNUNK, AMÍG HELY SZABADUL FEL SZÁMUNKRA.
- AZON KÍVÜL, HOGY NEM HIGIÉNIKUS ÉTELT ÉS ITALT BEVINNI, ZAVARHATJA SAUNÁZÓ TÁRSAINKAT. BALESETVESZÉLYES IS LEHET. EGÉSZSÉGTELEN ÉS A SAUNÁZÁS ALATT ROSSZULLÉT KÖVETKEZHET BE. ÚJSÁG ÉS KÖNYV BEVITELE A SAUNÁKBA SZINTÉN NEM AJÁNLOTT.
- A MELEGBEN ERŐS KIPÁROLGÁSUNK MIATT A RAJTUNK LÉVŐ KOZMETIKUMOK IS INTENZÍVEBBEN PÁROLOGNAK. SAUNÁZÁS ELŐTT TISZTÁLKODÓ ZUHANYZÁS JAVASOLT.
- FIGYELJÜNK BESZÉLGETŐ PARTNERÜNKKEL EGYÜTT A HANGERŐNKRE. A HANGOS BESZÉD VAGY HARSÁNY MEGNYILVÁNLÁSOK NEM ILLENDŐEK ÉS ZAVARHATJÁK A TÖBBI SAUNÁZÓT.
- A SAUNÁBAN ÉS A SAUNA TÉRBEN NEM ILLIK VALLÁSROL, POLITIKÁRÓL, ESETLEG MÁS FESZÜLTÉGKELTŐ, MEGOSZTÓ TÉMÁRÓL TÁRSALOGNI.
- A SAUNÁZÁST KÖVETŐEN CÉLSZERŰ IGÉNYBE VENNI A SAUNÁK MELLETT ELHELYEZETT ZUHANYZÓKAT. A HIDEG VIZES ZUHANY PÓRUSÖSSZEHÚZÓ HATÁSÚ, ÍGY A BŐR PÓRUSAIBÓL A SALAKANYAGOK IS KINYOMÓDNAK.
- SAUNÁZÁS ELŐTT ZUHANYOZZON LE.
- A SAUNÁBAN TÖRÖLKÖZŐ, VAGY ÜLŐKENDŐ HASZNÁLATA JAVASOLT. MINDEN EGYES ÉRVÉNYES BELÉPŐJEGYHEZ AZ ÜZEMELTETŐ 1 DB SAUNALEPEDŐT BIZTOSÍT.
- MINDIG SZÁNJON ELÉG IDŐT A SAUNÁZÁSRA. EGY ALKALOMMAL 5-15 PERCNÉL TÖBB IDŐT NE TÖLTSÖN A SAUNÁBAN, HA JÓLESIK, EZT KÉT-HÁROM ALKALOMMAL ISMÉTELJE MEG.
- SAUNÁZÁS UTÁN LANGYOS, VAGY MELEG VÍZZEL ZUHANYOZZON, ÍGY ELKERÜLHETŐ A PÓRUSOK HIRTELEN ÖSSZEHÚZÓDÁSA ÉS AZ EBBŐL ADÓDÓ KELLEMETLEN UTÓIZZADÁS.
- A SAUNÁZÁSOK KÖZÖTT HIDEG, VAGY LANGYOS VÍZZEL ZUHANYOZZON LE, ÉS 5-15 PERCET PIHENJEN.
- A SAUNÁZÁS BEFEJEZÉSE UTÁN 15-20 PERCET FELTÉTLENÜL PIHENÉSSSEL, RELAXÁLÁSSAL TÖLTSÖN. ÍGY VAN IDEJE AZ ELVESZTETT FOLYADÉKMENNYISÉG (FELTÉTLENÜL SZÜKSÉGES: 0,5 – 1 LITER) PÓTLÁSA, ILLETVE TESTE VISSZAÁLLHAT A NORMÁLIS HŐMÉRSÉKLETRE.
- A HIVATALOS ELŐÍRÁSOK BETARTÁSA A BIZTONSÁG, TISZTASÁG, KÁROK ELKERÜLÉSE ÉS AZ ÖNÖK KÉNYELMÉÉRT SZÜKSÉGESEK, EZÉRT AMENNYIBEN A SAUNA MUNKATÁRSAINAK KÜLÖNBÖZŐ INTÉZKEDÉSEKET KELL VÉGREHAJTANIUK, KÉRJÜK SZÍVES MEGÉRTÉSÜKET. EZEN OKOKBÓL KÉRJÜK A SAUNA MUNKATÁRSAINAK UTASÍTÁSAIT MINDENKOR BETARTANI! JOGSÉRTÉS ESETÉBEN A SAUNA DOLGOZÓI FELHATALMAZOTTAK FIGYELMEZTETÉSBEN RÉSZESÍTENI AZ ÉRINTETTET, ILLETVE KITILTANI A SAUNA TERÜLETÉRŐL. EBBEN AZ ESETBEN A BELÉPŐJEGY ÁRÁNAK VISSZAFIZETÉSÉRE NINCS LEHETŐSÉG.
- FELHÍVJUK FIGYELMÜNKET, HOGY BIZTONSÁGI OKOKBÓL, MŰSZAKI MEGHIBÁSODÁS, ILLETVE ÜZEMZAVAR ESETÉN A FÜRDŐ A SAUNÁK ÉS A GŐZKABIN, ILLETVE AZOK EZ RÉSZÉNEK MŰKÖDÉSÉT SZÜNETELTETHETI. EZ ESETBEN KÁRTÉRÍTÉST FIZETNI NEM ÁLL MÓDUNKBAN!