

PROVOZNÍ ŘÁD SAUNY

- a) Přístup do sauny je možný pouze v době provozu dané části areálu. Z návštěvy jsou vyloučeny všechny osoby, které jsou postiženy jakoukoliv nemocí, ohrožující jejich zdraví při použití sauny, či ostatních osob využívajících toto zařízení. Nemocné osoby by se o vhodnosti saunování měly poradit se svým lékařem.
- b) Každý návštěvník je povinen se před použitím sauny důkladně omýt mýdlem a osprchovat. V zásadě platí, že do sauny vstupujeme nazí. Všem návštěvníkům poskytujeme ručník zdarma. Z hygienických důvodů prosíme, abyste si při pobytu v potní místnosti vždy sedali na ručník.
- c) Pro správný saunovací cyklus a prospěšné účinky na zdraví je vhodné se po pobytu v sauně ochladit (sprcha, ochlazovací bazének, ledová studna). Před vstupem do ochlazovacího bazénku je bezpodmínečně nutné se osprchovat. Po ochlazení se doporučuje zůstat pár minut venku, do pocitu mírného chladu. Podporí se tím celý regenerační proces organismu. Po posledním ochlazení se krátce osprchujte vlažnou vodou bez použití mýdla nebo šamponu.
- d) Každý návštěvník je povinen udržovat čistotu a pořádek, chovat se ohleduplně k ostatním a nerušit je hlukem, šetrně zacházet s vybavením a zařízením provozu.
- e) V případě jakéhokoliv úrazu vlastního nebo jiného uživatele sauny je nutné neprodleně informovat personál Městských lázní.
- f) Dětem je vstup do sauny povolen od 3 let věku. Děti mohou saunu využívat pouze v doprovodu a pod dohledem dospělé osoby, která zodpovídá za jejich bezpečnost a dodržování provozního řádu.
- g) Doporučená doba pobytu v potní místnosti je individuální a pohybuje se od 5–15 minut. Při pocitu nevolnosti je nutné potní místnost ihned opustit.
- h) Návštěvníci jsou povinni řídit se pokyny personálu Městských lázní. V případě porušení provozního řádu nebo nevhodného chování si vyhrazujeme právo návštěvníka z provozu vykázat.
- i) Návštěvníkům je přísně zakázáno samostatně manipulovat s technickým vybavením sauny a společných prostor SAUNA & SPA zóny, veškeré technické úpravy provádí výhradně personál.
- j) Děkujeme všem návštěvníkům za dodržování provozního řádu, pomáháte tím vytvářet klidné a čisté prostředí pro sebe i ostatní.

V Hradci Králové, červen 2025


Ing. Jaroslava Bernhardová
ředitelka