

## Правила посещения Сауны в Гостиничном комплексе «Золотые пески»

### 1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила устанавливают основные требования к посещению Сауны в Гостиничном комплексе «Золотые пески» (далее – Комплекс) и являются обязательными для исполнения всеми Гостями (далее – Посетителями) Комплекса.

1.2. Правила разработаны в соответствии с:

- Законом РФ от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей»;
- ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 № 52-ФЗ (ред. от 24.07.2023);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.12.2020 № 44 «Об утверждении санитарных правил СП 2.1.3678-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнения работ и оказание услуг» (зарегистрировано в Минюсте России 30.12.2020 № 61953);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 (ред. от 30.12.2022) "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";

1.3. Настоящие Правила утверждены приказом индивидуального предпринимателя Цивенко Е.Н.(далее – Исполнитель).

### 2. Основные положения

2.1. Режим работы Сауны: с **08:00 до 23:00, последний заход не позднее 21:00.**

2.2. Посетитель самостоятельно определяет время пребывания в Сауне перед оплатой получения услуги и свободного времени в самой Сауне.

Посетитель самостоятельно определяет комфортную среду в парной: для парения веником (оптимальная температура 60-65 градусов, влажность 40%) или сухой пар (высокая температура от 90 градусов, влажность до 8%).

2.3. Услуга оказывается по предварительной заявке, количество посетителей не должно превышать 4 (Четыре) человека. За каждого дополнительного посетителя, установлена доплата по действующему прейскуранту цен.

2.4. Максимально допустимое количество Посетителей при пользовании сауной не более 10 (Десяти) человек.

2.5. Продолжительность пользования сауной, доступная для заказа, составляет не менее 2 (Двух) часов.

2.6. При отсутствии Посетителя более чем 30 минут после забронированного времени, заказ аннулируется. Посетитель может предупредить администратора о задержке получения услуги, но не более чем на 30 минут. Время, на которое задержался Посетитель, не продлевается.

2.5. Дети до **18 лет** должны находиться в Сауне в сопровождении взрослых. Все Посетители несут ответственность за себя и за своих детей.

2.6. Администрация Комплекса не несет ответственности за личные вещи Посетителя (драгоценности, часы, деньги...) во время посещения Сауны.

2.7. За 15 минут до конца сеанса, администратор вправе предупредить Посетителя о завершении времени пребывания в сауне;

2.8. Посетитель может продлить время пребывания в сауне, известив об этом администратора и оплатив последующий сеанс, только в случае, если время последующего сеанса остается свободным;

2.9. Посетители должны уважительно относиться к обслуживающему персоналу, друг к другу и не мешать отдыху других Посетителей;

2.10. Оплатив услугу, Посетитель дает согласие на соблюдение правил и несет полную ответственность за их нарушение в соответствии с настоящими правилами и действующим законодательством РФ.

### **3. Посетитель обязан:**

- строго соблюдать правила посещения сауны, правила техники безопасности (Инструкция по мерам безопасности для Посетителей сауны – Приложение №1 к настоящим Правилам);
- бережно относиться к имуществу, предоставленному ему в пользование, в противном случае Посетитель оплачивает стоимость нанесенного ущерба;
- при обнаружении, каких либо дефектов до начала сеанса, Посетитель обязан незамедлительно сообщить об этом администратору;
- соблюдать чистоту и порядок в помещении сауны. Посетителям желательно находиться в специальной обуви (сланцы, пляжные тапочки и т. п.) для соблюдения требований собственной гигиены.

### **4. Посетителям запрещается:**

4.1. посещение сауны с противопоказаниями:

- острые заболевания инфекционной и иной формы;
- лихорадка (повышение температуры);
- выраженный атеросклероз сосудов с поражением различных систем и органов;
- активный туберкулез;
- инфекционные заболевания кожи;
- злокачественные новообразования;
- склонность к кровотечениям, тромбозам, эмболиям;
- выраженные расстройства обмена веществ при сахарном диабете, кахексии, гипертиреозе;
- выраженная глаукома;
- психозы и психопатии.

4.2. самостоятельно включать, выключать или регулировать температуру сауны;

4.3. использовать ароматические добавки для сауны;

4.4. распылять в сауне аэрозольные жидкости;

4.5. бриться, стирать и сушить вещи, осуществлять другую деятельность, кроме парения;

4.6. оставлять сопровождаемых подопечных лиц без присмотра;

4.7. находиться в состоянии любой степени опьянения, под воздействием препаратов, которые понижают реакцию;

4.8. приносить в Сауну и использовать любые предметы и изделия из стекла;

4.9. нарушать иные требования по посещению парных сауны.

## Рекомендации по посещению Сауны:

- нельзя посещать сауну во время острых или хронических заболеваний, а также с повышенной температурой тела;
- нельзя посещать сауну сразу после еды или натошак.
- не стоит в течение всего времени нахождения в сауне сидеть на самой нижней скамье с целью побыть в сауне как можно больше времени;
- перед входом в помещение сауны (парилки) снять резиновые сланцы, вход в сауну (парилку) можно только в сухой тряпичной обуви или босиком;
- не стоит мыть голову, чтобы в сауне не произошел перегрев головы;
- нельзя ходить в сауну в украшениях: металл может нагреться под воздействием тепла и обжечь тело.
- войдя в сауну впервые, сядьте или лягте на самую нижнюю полку, чтобы постепенно привыкнуть к температуре (чем выше вы находитесь, тем горячее пар). Не разговаривайте. Дышите медленно, через нос. Если вам горячо дышать, прикройте нос ладонями. Если вы лежите, то, перед тем как покинуть сауну, посидите 1-2 минуты.
- сауну можно посещать в несколько заходов. Каждый заход должен длиться от 7 до 15 минут. После процедуры следует отдохнуть столько же времени, сколько вы находились в сауне – это поможет восстановить нормальную деятельность сердечно-сосудистой системы. Цикл всех процедур в сауне может занять 2-3 часа.
- в сауну с собой нужно взять полотенце (простыню) которое следует положить на скамью, прежде чем садиться;

## При посещении Сауны строго запрещается:

**курить и принимать алкоголь**

**ВНИМАНИЕ!**

*Не соблюдение настоящих правил создает угрозу безопасности и санитарному благополучию посетителей, т. е. является нарушением Закона РФ № 52 от 30.03.1999 г. «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». Виновные могут быть привлечены к ответственности в соответствии с действующим законодательством.*

*Каждый Посетитель несет личную ответственность за состояние своего здоровья.*

*За несчастные случаи, травмы, связанные с нарушением настоящих правил, администрация ответственности не несет.*