

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа олимпийского резерва «Сибиряк»
(МАУДО «СШОР «СИБИРЯК»)

Правила посещения сауны спортивного комплекса «Сибиряк»

Настоящие правила определяют норму поведения клиента при посещении сауны спортивного комплекса «Сибиряк», расположенного по адресу: г. Красноярск, ул. Ладо Кецховели 62, и являются обязательными для исполнения.

- 1.1. Запрещается посещать сауну в состоянии алкогольного, наркотического и токсического опьянения; с наличием заболеваний, указанных ниже в настоящих Правилах.
- 1.2. Не рекомендуется посещать сауну при неудовлетворительном самочувствии (при повышенном артериальном давлении, после перенесенных заболеваний).
- 1.3. Посетитель обязан соблюдать правила личной гигиены, соблюдать чистоту в сауне.
- 1.4. Соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу.
- 1.5. Нельзя оставлять детей в сауне без присмотра родителей.
- 1.6. Запрещено бегать на территории помещений сауны.
- 1.7. Посетитель должен следовать указаниям и требованиям обслуживающего персонала.
- 1.8. Необходимо освободить помещение по истечении времени, указанного в расписании.
- 1.9. В случае повреждения оборудования посетителем составляется двусторонний акт, согласно которому посетитель должен выплатить полную стоимость испорченного имущества.

Требования безопасности во время пользования сауной

- 2.1. Во избежание ожога садиться необходимо только на размещенное на лавке полотенце или специально предназначенные досточки, находящиеся у входа в парилку.
- 2.2. Не допускается распитие спиртных напитков, курение, использование собственных электроприборов.
- 2.3. В парильном отделении запрещается применять легковоспламеняющиеся жидкости (спиртосодержащие вещества и т.п.).
- 2.4. При пользовании смесителем душа необходимо соблюдать осторожность во избежание получения ожога тела.
- 2.5. Каждый посетитель несет личную ответственность за состояние своего здоровья и здоровье своих детей во время посещения сауны.
- 2.6. При возникновении аварийной ситуации (пожар, отсутствие электроснабжения и других чрезвычайных ситуациях) посетитель обязан покинуть помещение сауны, сообщив об этом администратору.
- 2.7. При плохом самочувствии или получении травмы необходимо обратиться к дежурному медработнику.
- 2.8. При выходе из строя оборудования сауны сообщить об этом администрации спорткомплекса.

При нарушении указанных правил и требований администрация имеет право удалить посетителя.

Клиент несет личную ответственность за состояние своего здоровья во время посещения сауны.

За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением правил пользования сауной, администрация ответственности не несет.

Правила поведения при чрезвычайных ситуациях при занятиях в сауне:

1. При возникновении аварийной ситуации (пожар, отсутствие электроснабжения и других чрезвычайных ситуаций) посетитель обязан покинуть помещение сауны, сообщив об этом администрации спорткомплекса.
2. При плохом самочувствии или получении травмы необходимо обратиться к дежурному медицинскому работнику спорткомплекса.

Абсолютные противопоказания для посещения сауны

- наличие кожных и грибковых заболеваний
- декомпенсация хронических заболеваний любых систем организма;
- острые заболевания инфекционной и иной природы;
- 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.