

Szaunaetikett és házirend

Tisztelt Vendégeink!

A szaunázás a testi-lelki feltöltődés, a relaxáció és a regenerálódás egyik legnemesebb formája. Kérjük, hogy az Önök és vendégtársaik kényelme, biztonsága és nyugalma érdekében az alábbi irányelveket figyelmesen olvassák el, és használat közben tartsák szem előtt.

- 1. A szauna használata saját felelősségre történik.**
Egészségügyi panaszok, szív- és érrendszeri betegségek, valamint terhesség esetén kérjük, használat előtt konzultáljanak orvosukkal.
- 2. A szaunába lépés előtt és után kérjük, zuhanyozzanak le! Papucsukat hagyják a szauna ajtó előtt!**
A szaunázás előtti zuhanyzás segíti a bőr pórusainak megnyílását, utána pedig eltávolítja a méreganyagokat és biztosítja a higiéniát.
- 3. A kulturált szaunázás érdekében kérjük kedves Vendégeinket, lehetőség szerint vegyék le fürdőruhájukat, és textilkendőben éljék át a szaunázás áldásos hatását.**
A törölközőt úgy helyezték el, hogy testük minden része érintkezésmentes maradjon a fa felületével. A textilkendőt kérjük a wellness személyzet munkatársaitól!
- 4. A javasolt tartózkodási idő egy alkalommal 5-15 perc.**
Ajánlott a test fokozatos lehűtése, hideg zuhannyal, majd azt követően merülőmedence igénybevételével. A teljes szaunaprogram ideális esetben 2-3 körből áll, köztes pihenőidőkkel.
- 5. Az infrasaunába csak száraz testtel lépjenek be!** Az ajánlott idő 15-30 perc, melyet langyos zuhanyzás követ. Tilos a hideg zuhany és a merülőmedence használata.
- 6. Őrizzék meg a csendet és a nyugalmat!**
A szauna a testi-lelki harmónia tere – kérjük, ne használjanak mobiltelefont, ne beszéljenek hangosan, és tartózkodjanak a zavaró viselkedéstől.
- 7. A szaunában étel és ital fogyasztása nem megengedett.**
A folyadékpótlásról javasolt szaunázás után a pihenőtérben gondoskodni. Kiszolgáláshoz a báros kollégánk áll szíves rendelkezésükre.
- 8. Szaunavilágunk felnőttzóna, gyermekek 14 éves kor alatt csak felnőtt kíséretében és a wellness személyzet engedélyével használhatják.**
- 9. Kérjük, óvják a szauna berendezéseit és felszereléseit.**
Illóolajat vagy vizet a kályhára csak a wellness munkatársai önthetnek, felöntésekhez kérje a személyzet segítségét!
A szaunakályha és a hőmérő berendezések érintése szigorúan tilos.
- 10. Kérjük, a szaunát tisztán és rendezett állapotban hagyják el.** A törölközőket a kijelölt gyűjtőbe helyezték!

Köszönjük, hogy figyelmükkel és odafigyelésükkel hozzájárulnak a wellness részleg nyugodt és exkluzív atmoszférájához. Kívánunk Önöknek kellemes pihenést, felfrissülést!

Hotel Kapitány Wellness★★★★superior munkatársai

