

REGULAMIN KORZYSTANIA Z BALII ZEWNĘTRZEJ – RUSKIEJ BANI

„GOODBYE STRESS”

1. BEZPIECZEŃSTWO PRZED WSZYSTKIM

zabrania się korzystania z BANI osobom, u których występują lub oznaki zewnętrzne wskazują na: choroby skóry, otwarte skaleczenia i rany, trudności w oddychaniu, zaburzenia równowagi, padaczkę, zaburzenia układu krążenia, zapalenie żył, stan zapalny serca, choroby zakaźne, brak higieny osobistej lub gdy stan higieny osoby korzystającej odbiega od ogólnie przyjętych standardów, oraz osobom nietrzeźwym;

ISTNIEJĄ PEWNE GRUPY CHOROÓB I DOLEGLIWOŚCI, KTÓRE
STANOWIĄ PRZECIWWSKAZANIE DO KORZYSTANIA Z RUSKIEJ BANI.

Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości, skonsultuj się z lekarzem.

Wchodząc do ruskiej bani korzystający potwierdza, że jego stan zdrowia na to pozwala.

Za szkody zdrowotne związane z przebywaniem w ruskiej bani, powstałe z przyczyn nieleżących po naszej stronie, nie ponosimy odpowiedzialności.
dzieci i osoby niepełnoletnie mogą korzystać z BANI tylko pod opieką i na odpowiedzialność rodziców;

korzystający z BANI ponoszą materialną odpowiedzialność za uszkodzenia i szkody powstałe z ich winy;

osoby korzystające z BANI deklarują brak jakichkolwiek przeciwwskazań zdrowotnych do tego typu zabiegu i biorą pełną odpowiedzialność za stan swojego zdrowia.

2. JAK KORZYSTAMY Z BANI

przed wejściem do BANI obowiązkowo bierzemy prysznic;

usuwamy makijaż, oraz nałożone na twarz i ciało kremy i balsamy;

należy zdjąć okulary i szkła kontaktowe;

dzieci do lat 3 powinny być ubrane w specjalne pieluchy do kąpieli;

podczas wchodzenia do BANI należy zachować szczególną ostrożność;

pierwszeństwo w komunikacji ma osoba wychodząca z BANI;

przerywamy pobyt w BANI, jeżeli czujemy, że organizm ciężko znosi wysoką temperaturę;

w zimie zalecana jest kąpiel w czapce;

nie należy wchodzić do BANI ani głodnym, ani z pełnym żołądkiem;

najlepiej zaplanować od 2 do 3 wejść na 1 sesję po 15 minut

každorazowo;

podczas kąpieli nie stosujemy żadnych środków myjących (dopuszczalne jest stosowanie kilku kropel olejku eterycznego);

po wyjściu z bani polecamy zimny prysznic;

następnie otulamy się w ręcznik lub szlafrok i odpoczywamy, popijając wodę mineralną lub herbatkę ziołową;

ZABRANIA SIĘ:

powodowania sytuacji zagrażających własnemu bezpieczeństwu

i bezpieczeństwu innych osób korzystających z BANI lub mogących

spowodować nieszczęśliwy wypadek;

wnoszenia do BANI jakichkolwiek niebezpiecznych przedmiotów;

spożywania wewnątrz BANI posiłków oraz PALENIA TYTONIU;

kąpieli zwierząt; zaśmiecania wody.

Korzystanie z BANI w gospodarstwie „GOODBYE STRESS” odbywa się na własne ryzyko użytkownika.

OBOWIĄZEK PRZYGOTOWANIA BANI DO UŻYTKU LEŻY PO STRONIE WYNAJMUJĄCEGO.

Wodę należy podgrzać do temperatury ok. 38 – 40 °C.

Służy do tego specjalny piec na drewno.

ROZPALANIE należy rozpocząć około 4 godzin przed kąpielą.

Do rozpalania w piecu służy rozpatka lub palnik na naboje gazowe.

Zabrania się używania jakichkolwiek substancji łatwopalnych.

Drewno do BANI jest bezpłatne.

Każda osoba korzystająca z BANI ma obowiązek zapoznania się z Regulaminem.

INSTRUKCJA PRZYGOTOWANIA BANI

1. Napełnij balię wodą – WAŻNE – poziom wody musi zakryć przelew, aby pompa została zalana wodą.

2. Rozpal w piecu

- utóź drewno # (drobno porąbane),
- pod drewno wciśnij podpatkę,
- podpal podpatkę – możesz do tego użyć zapatek lub palnika gazowego,
- przymknij drzwiczki do paleniska, zostawiając lufciki w pozycji otwartej,
- pilnuj aby ogień nie zgasł – dokładaj po kilka drewnien,
- ogrzewaj wodę do zadowalającej Cię temperatury,
- zdejmij pokrywę z bani i umieść ją w stojaku,
- dodaj kilka kropel olejku,
- możesz zaczynać kąpiel – relaksuj się ...