

Strefa Saun w Hotelu Mazurski Raj - Informacje Kluczowe

Saunarium – Unikalne Doświadczenia i Rytuały

Hotel Mazurski Raj oferuje wyjątkowe sauny, które zapewniają zarówno relaks, jak i korzyści zdrowotne, dzięki połączeniu tradycyjnych rytuałów saunowych oraz naturalnych składników.

- 1. Inhalatorium Święty Gaj**
Pokój wypoczynku z solną ścianą i tężnią solankową. Pomaga w leczeniu dróg oddechowych i sprzyja wyciszeniu oraz regeneracji.
- 2. Sauna Mazurskie Zioła**
Sucha sauna o aromaterapeutycznym działaniu, wykorzystująca zioła do detoksykacji organizmu i poprawy samopoczucia.
- 3. Smętek na Moczarach**
Sauna bio (Rassoul) z unikalnymi rytuałami saunowymi i zabiegami z peelingiem oraz glinkami. Wspomaga oczyszczenie skóry i poprawia krążenie.
- 4. Córka Młynarza**
Sauna chlebowa ogrzewana piecem chlebowym, w której goście mogą spróbować świeżo wypiekanego chleba, łącząc relaks z doświadczeniem kulinarnym.
- 5. Sauna Infra Red**
Sauna na podczerwień, zapewniająca głębokie rozgrzanie ciała, poprawiając krążenie i wspomagając usuwanie toksyn.
- 6. Łażnie Króla Sielaw**
Sauna parowa, która działa odprężająco na ciało i umysł, nawilżając skórę i wspomagając oczyszczanie organizmu.
- 7. Sauna Czterech Żywiołów**
Sauna o zmiennej temperaturze, inspirowana tradycyjnymi rytuałami z użyciem witek, które pobudzają krążenie.
- 8. Perła Pięknej Olbrzymki**
Basen schładzający, idealny do ochłodzenia ciała po intensywnych rytuałach saunowych, przywracający równowagę termiczną.
- 9. Zakątek Galindy**
Wypoczywalnia przy recepcji SPA, oferująca spokojne miejsce do relaksu po saunowych zabiegach.

Dodatkowe Atrakcje:

- **Lodopad** - Urządzenie do nacierania ciała świeżym lodem, pomagające w regeneracji, pobudzając krążenie i zamykając pory skóry.
- **Wiadro Prysznicowe** - Zimny strumień wody, wzmacniający efekt orzeźwienia i stymulujący regenerację ciała po saunie.

Regulamin Saunarium

1. Przeciwwskazania do korzystania z sauny:

Osoby z podwyższoną temperaturą ciała, problemy z sercem, nadciśnienie IV, ciąża, menstruacja, niektóre choroby układu nerwowego, choroby nowotworowe oraz cera naczyniowa powinny unikać sauny.

2. Zasady korzystania z Saunarium:

- Saunarium jest strefą nietekstylną – należy przebywać w okryciu: prześcieradle, ręczniku lub szlafroku kąpielowym.
- Przed wejściem do sauny: należy umyć ciało, zdjąć biżuterię i klapki, oraz unikać obfitych posiłków przez co najmniej 2 godziny.
- Optymalny cykl saunowy: nagrzewanie ciała, schładzanie (zimny prysznic, lód), odpoczynek.

3. Bezpieczeństwo:

- Korzystanie z Saunarium odbywa się na własne ryzyko.
- Osoby o niestabilnym stanie zdrowia powinny skonsultować się z lekarzem przed wizytą w saunach.
- W razie złego samopoczucia, należy niezwłocznie opuścić saunę i powiadomić personel Spa.
- Osoby niepełnoletnie mogą korzystać ze strefy saun wyłącznie w towarzystwie dorosłego opiekuna.

4. Zasady zachowania:

- W saunach należy unikać głośnych rozmów, wietrzenia pomieszczeń, oraz wnoszenia ostrych przedmiotów czy alkoholu.
- Używanie własnych olejków zapachowych w saunach jest zabronione.
- Należy dbać o higienę i unikać zakłócania porządku publicznego.

Grzechy Saunowania:

- Wchodzenie do sauny w kostiumie kąpielowym.
- Brak prysznica przed sauną.
- Wietrzenie sauny.
- Głośne rozmowy w saunie.
- Nieprzestrzeganie zasad higieny i zachowania porządku.

Każda wizyta w Saunarium Mazurskiego Raju to nie tylko relaks, ale także inwestycja w zdrowie i regenerację ciała i umysłu.

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SAUNARIUM

§ 1

1. Niniejszy Regulamin zawiera postanowienia uzupełniające i szczególne, precyzujące zasady użytkowania strefy saun (Saunarium w Hotelu Mazurski Raj) – dalej jako „strefa saun” lub „Saunarium”, wydzielonej w Obiekcie Hotelu Mazurski Raj w Piaskach 5, Ruciane-Nida.
2. We wszelkich sprawach nieuregulowanych w niniejszym Regulaminie mają zastosowanie zapisy pozostałych Regulaminów obowiązujących w Hotelu Mazurski Raj, w szczególności postanowienia głównego Regulaminu Obiektu.
3. Każda osoba korzystająca ze strefy saun jest bezwzględnie zobowiązana do zapoznania się z treścią niniejszego Regulaminu przed wejściem na teren strefy oraz przed rozpoczęciem korzystania z poszczególnych atrakcji/urządzeń/usług świadczonych przez Hotel Mazurski Raj w tej strefie, a kolejno do przestrzegania jego postanowień.
4. Każdy Użytkownik strefy saun jest również zobowiązany do bezwzględnego przestrzegania postanowień głównego Regulaminu Obiektu.
5. Ponadto wszystkie osoby korzystające ze strefy saun zobowiązane są do zachowania należytej staranności w celu ochrony życia i zdrowia własnego oraz innych osób, a w szczególności do:
 - stosowania się do zakazów, nakazów i zaleceń przedstawionych na tablicach informacyjnych lub ostrzegawczych oraz znakach umieszczonych na terenie strefy saun;
 - stosowania się i przestrzegania instrukcji oraz poleceń pracowników strefy saun, a także komunikatów podawanych przez głośniki;
 - dostosowania swoich planów aktywności do własnego stanu zdrowia, indywidualnych ograniczeń i przeciwwskazań oraz sprawności ogólnej, a także do aktualnych warunków atmosferycznych;
 - użytkowania sprzętu odpowiedniego do rodzaju podejmowanej aktywności, sprawnego technicznie, zgodnie z jego przeznaczeniem i zasadami użycia;
 - bezwłocznego informowania pracowników strefy saun w razie zauważenia jakichkolwiek wad, usterek, awarii, ale też wypadków, urazów, czy jakichkolwiek innych sytuacji stanowiących realne zagrożenie dla pozostałych Użytkowników lub Obsługi, a także w razie zauważenia sytuacji i zachowań wpływających na komfort saunowania lub poczucie bezpieczeństwa Użytkowników.

§ 2

1. Szczegółowe zasady użytkowania poszczególnych części, pomieszczeń, urządzeń bądź atrakcji dostępnych w Saunarium, w tym także parametry i ograniczenia związane z możliwością ich użytkowania, określają odrębne regulaminy, a ponadto mogą je precyzować instrukcje, tablice informacyjne i piktogramy. Ww. dokumenty dostępne są przy wejściu do każdej ze stref bądź atrakcji, a regulaminy i instrukcje dodatkowo także na oficjalnej stronie internetowej Hotelu Mazurski Raj. Stosowne informacje można uzyskać również od Personelu strefy saun.

2. Przed skorzystaniem z jakichkolwiek atrakcji/urządzeń/usług, Gość powinien dokładnie zapoznać się i zrozumieć zasady ich użytkowania, przeanalizować zalecenia i przeciwwskazania do skorzystania, zweryfikować swój stan. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości należy poprosić Personel o wyjaśnienia.
3. Zabronione jest korzystanie z poszczególnych stref i używanie atrakcji/urządzeń niezgodnie z wyznaczonymi zasadami ich użytkowania, w tym w szczególności przez osoby, których warunki i stan fizyczny uniemożliwiają bezpieczne użytkowanie, zgodne z instrukcjami (w tym instrukcjami producenta).
4. Ostatecznie każdy Gość indywidualnie i na własną odpowiedzialność podejmuje samodzielną decyzję o skorzystaniu z danej atrakcji/urządzenia/usługi dostępnych w Obiekcie, licząc się z wszelkimi ewentualnymi zagrożeniami i ryzykiem z tym związanym.

§ 3

1. Podstawowe ograniczenia wstępu i korzystania z Obiektu, obowiązujące wszystkich Użytkowników, określają zapisy głównego Regulaminu Obiektu. Poniższe zasady stanowią jedynie ich doprecyzowanie i w żadnym zakresie nie wykluczają zapisów głównego Regulaminu, które do Użytkowników Saunarium również znajdują pełne zastosowanie.
2. Ze strefy saun mogą korzystać wyłącznie osoby pełnoletnie.
3. Wejście do Saunarium (w dniach i godzinach otwarcia Hotelu Mazurski Raj) umożliwia jedynie posiadanie ważnego biletu wstępu (jednorazowego bądź karnetu), vouchera upominkowego/podarunkowego, specjalnego vouchera prezentowego lub innego rodzaju zaproszenia wydanego przez Spółkę (dalej łącznie jako „Bilet/y wstępu”) – konkretnie do strefy saun bądź Biletu open. Bilet wstępu do strefy basenowej nie uprawnia do korzystania z Saunarium.
4. Strefa saun jest strefą nietekstylną. Użytkownicy korzystający z tej strefy zobowiązani są przebywać w Saunarium bez strojów kąpielowych lub innej odzieży, z zastrzeżeniem, iż Goście nie powinni być nadzy podczas poruszania się po całej strefie saun – po zakończeniu kąpeli termalnej lub sesji w saunie, w tym wymaganej fazy chłodzenia, Gość zobowiązany jest nosić stosowne okrycie (np. ręcznik, szlafrok, pareo, płaszcz kąpielowy); ze względów higienicznych i estetycznych obowiązku noszenia okrycia należy przestrzegać w szczególności w trakcie korzystania z baru/restauracji i strefy około barowej/restauracyjnej ze stolikami.
5. Użytkownicy Saunarium muszą liczyć się z tym, iż z tej strefy korzystać będą inni Użytkownicy niekompletnie ubrani bądź nadzy.
6. Strefa saun jest strefą ciszy i relaksu, na obszarze której Użytkownicy zobowiązani są bezwzględnie zachować ciszę i nie przeszkadzać innym Użytkownikom.
7. Zachowanie Użytkowników przebywających w strefie Saunarium nie może zakłócać wypoczynku innym odwiedzającym, ani być dla nich uciążliwe. Bieganie, hałasowanie, natarczywe przyglądanie się innym korzystającym z Saunarium itp. jest kategorycznie zabronione. W Saunarium nie wolno praktykować żadnych zachowań i czynności o charakterze seksualnym, a także wszelkich innych działań mogących powodować zakłopotanie innych Użytkowników.

8. W strefie saun zabronione jest wnoszenie i używanie telefonów komórkowych, aparatów fotograficznych, kamer, innych urządzeń rejestrujących obraz, smartwatchy, słuchawek, tabletów, laptopów, notebooków i podobnych urządzeń.
9. Nagrywanie filmów oraz robienie zdjęć w strefie saun jest kategorięcznie zabronione.
10. Na terenie Saunarium i przebieralni obowiązuje zakaz wnoszenia własnego jedzenia i napojów, także alkoholowych oraz toreb, plecaków, innych bagaży podręcznych, walizek i innych przedmiotów prywatnych.

§ 4

1. Ze strefy saun mogą korzystać jedynie osoby zdrowe, u których nie występują przeciwwskazania do przebywania w wysokich temperaturach.
2. Z Saunarium nie powinny korzystać w szczególności:
 - osoby tuż po odbyciu treningu o charakterze wytrzymałościowym;
 - osoby mające na celu zredukowanie wagi (np. przed zawodami);
 - kobiety w czasie menstruacji i w okresie ciąży;
 - osoby cierpiące na jaskrę;
 - osoby cierpiące na padaczkę i na stany psychiatryczne;
 - osoby cierpiące na choroby układu sercowo-naczyniowego, niewydolność krążenia, a także osoby, które przeszły udar lub mają problemy z układem oddechowym, cukrzycą, chorobami wątroby, chorobami nerek, chorobami płuc, nowotworami, nadciśnieniem;
 - osoby, które przyjmują leki obniżające ciśnienie, diuretyki lub inne medykamenty w jaki sposób mogą negatywnie wpływać na zdrowie osoby korzystającej z Saunarium.

§ 5

1. Z Saunarium należy korzystać zgodnie z zaleceniami Personelu, a także przestrzegać odpowiednich procedur wejścia i wyjścia z poszczególnych pomieszczeń w Saunarium.
2. Po korzystaniu z sauny należy przejść do strefy odpoczynku, w której należy zrelaksować się i uspokoić organizm.
3. Ze względów zdrowotnych i higienicznych, w saunie oraz przy korzystaniu z łaźni i innych atrakcji dostępnych w Saunarium, należy stosować ręczniki do przykrycia powierzchni, na której się siedzi.
4. Nie należy wchodzić do sauny lub korzystać z innych atrakcji/urządzeń w stanie nietrzeźwym, pod wpływem narkotyków lub innych substancji odurzających.
5. Hotel Mazurski Raj nie ponosi odpowiedzialności za szkody powstałe w wyniku niezgodnego z Regulaminem korzystania z Saunarium.