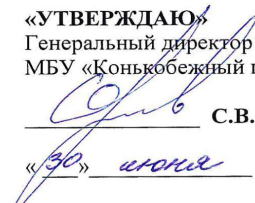




«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
МБУ «Конькобежный центр «Коломна»


С.В. Орлов

«30» июня 2021 г.

**ПРАВИЛА
ПОСЕЩЕНИЯ САУНЫ
МБУ «Конькобежный центр «Коломна»**

1. Общие положения.

1.1. Настоящие Правила посещения сауны (далее – Правила) определяют нормы поведения посетителей с целью обеспечения охраны здоровья и создания максимально безопасных и комфортных условий. Правила являются едиными и обязательными к соблюдению всеми посетителями саун МБУ «Конькобежный центр «Коломна» (далее – Учреждение).

1.2. Оплачивая услугу, посетители дают свое согласие соблюдать данные правила и несут полную ответственность за их нарушение в соответствии с действующим законодательством РФ.

1.3. Персонал бассейна имеет право контролировать соблюдение посетителями настоящих Правил, делать замечания.

1.4. Если сознательные или невольные действия (поведение) посетителя создают угрозу для его собственной жизни и/или здоровья, а также для здоровья и/или жизни окружающих, или противоречат общепринятым нормам морали и этики, администрация бассейна вправе обратиться в отдел охраны и противопожарной безопасности Учреждения для принятия соответствующих мер (в виде отстранения от посещения сеанса, вывода за пределы Учреждения или вызова сотрудников правоохранительных органов).

1.5. Перед посещением сауны рекомендуется обратиться к терапевту и убедиться в отсутствии противопоказаний для данной процедуры (в особенности лицам, старше 70 лет и с ограниченными физическими возможностями). Примерный перечень противопоказаний обозначен в приложении №1 настоящих Правил.

Недопустимо посещение сауны при обострении любых хронических заболеваний. При этом нужно иметь в виду, что имеется ряд хронических заболеваний, при которых посещение сауны может представлять опасность для жизни или может способствовать обострению этих заболеваний.

Во избежание рисков для жизни и здоровья, при выявлении тревожной симптоматики во время или после сеанса, следует незамедлительно обратиться за квалифицированной консультацией и помощью в специализированные организации.

1.6. К посещению саун допускаются несовершеннолетние дети с 8 до 18 лет только в сопровождении взрослых (родителей или иных законных представителей), которые полностью отвечают за их безопасность. Несовершеннолетние дети должны находиться под постоянным контролем сопровождающих их взрослых в течение всего времени пребывания на территории Учреждения. Самостоятельно посещать сауну могут лица, достигшие 18-летнего возраста.

1.7. Посещение саун Учреждения для организованных групп детей и взрослых находится под контролем ответственного лица (сопровождающего, тренера, инструктора и т.д.), которое инструктирует группу по мерам безопасности при посещении сауны и несет персональную ответственность за сохранность жизни и здоровья вверенной ему группы. Ответственное лицо в Учреждение делегирует организатор занятий (юридическое или физическое лицо, организующее групповые занятия в Учреждении на основании договора/соглашения).

1.8. За последствия, возникающие в результате нарушения настоящих Правил, Учреждение ответственности не несет.

1.9. Учреждение оставляет за собой право отказать посетителю в допуске или удалить с сеанса при нарушении им настоящих Правил без компенсации стоимости билета.

1.10. Посетители имеют право предъявлять претензии, вносить замечания и предложения по качеству оказываемых услуг.

1.11. При возникновении чрезвычайных ситуаций, посетители должны незамедлительно покинуть Учреждение через ближайший эвакуационный выход, который указан на схеме эвакуации, сохраняя спокойствие и не создавая паники неукоснительно соблюдать требования инструкторов, службы охраны и администраторов Учреждения.



1.12. В целях безопасности Учреждение имеет право вести видеонаблюдение в общественных зонах. Учреждение гарантирует конфиденциальность полученной информации и использование данной информации для внутренней безопасности.

1.13. Приобретение пропуска, абонеента, заключение договора, соглашения, оплата разового посещения означает согласие посетителя с Правилами посещения сауны МБУ «Конькобежный центр «Коломна». Посетитель несет ответственность за нарушение Правил в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

2. Правила для посетителей:

строго соблюдать их. При посещении сауны с выходом в бассейн, необходимо ознакомиться дополнительно с Правилами посещения бассейна.

2.2. Посетителям необходимо иметь при себе сменную обувь, мочалку, мыло, полотенце и другие принадлежности для сауны.

2.3. Перед входом в Учреждение необходимо сдать верхнюю одежду в гардероб, и переобуться в чистую сменную обувь.

2.4. Вход в помещение сауны осуществляется за 10 минут до начала сеанса. Продолжительность сеанса составляет – 2 часа. Посетители должны контролировать свое время пребывания в сауне и не превышать установленного тарифом лимита. По окончании утвержденного времени сеанса, необходимо покинуть помещение сауны.

2.5. Перед заходом в сауну, бассейн или купель принять душ с мочалкой и мылом.

2.6. В бассейн из сауны можно выходить только после принятия душа, надев сланцы, купальный костюм и резиновую шапочку.

2.7. В случае чрезвычайной ситуации, угрожающей жизни и здоровью посетителей, необходимо незамедлительно покинуть сауну под контролем дежурного администратора, инструктора или самостоятельно.

3. Посетителям сауны запрещается:

- посещать сауну в состоянии алкогольного и наркотического опьянения;
- приносить и распивать спиртные напитки, курить во время сеанса;
- проносить огнестрельное, газовое, пневматическое и холодное оружие, колюще-режущие предметы, а также взрывчатые и легковоспламеняющиеся, токсичные и сильно пахнущие вещества;
- самостоятельно включать или выключать сауну, регулировать температуру;
- оставлять детей в сауне и бассейне без присмотра взрослых;
- посещать сауны при наличии медицинских противопоказаний, а также с повышенной температурой тела;
- прыгать в бассейн или купель с бортика;
- использовать моющие средства в стеклянной таре;
- поливать камни смесями с ароматическими добавками;
- лить масляные и другие вещества на электрические тэны и полоки, использовать косметические средства в парилке;
- использовать ароматические масла, моющие средства и иные вещества в помещении парной;
- после принятия душа оставлять его включенным;
- портить мебель и инвентарь;
- использовать сауну в целях личной гигиены (бриться, обрабатывать ногти, стирать, сушить личные вещи и т.п.);
- пользоваться веником в сауне (исключение - бамбуковые веники, массажные веники без листьев).
-

4. Рекомендации для посетителей:

4.1. Перед входом в парильное отделение рекомендуется снимать металлические украшения во избежание ожогов.

4.2. В парильном отделении во избежание термических ожогов необходимо использовать шапочку, коврик, полотенце или простыню для сауны.

4.3. В первый заход пребывание в парильном отделении не должно превышать 10 минут.

4.4. Находясь в сауне, надо контролировать свое самочувствие. При ухудшении состояния незамедлительно обратиться за помощью к администратору.



4.5. Передвижения по сауне должны быть осторожными, во избежание падения на скользком полу.

4.6. После первого выхода из сауны рекомендуется окунуться в купель с постепенным погружением в воду, не нырять.

4.7. Завершая процедуру, рекомендуется выпить воды или чай с травами для восстановления водного баланса в организме.

Начальник отдела бассейна

О.В. Червякова

Начальник отдела медицинского обеспечения

Л.Г. Липатова

И.о.начальника юридического отдела

Ю.М. Галкин

Начальник отдела охрана труда

А.В. Скоков

Заместитель директора

И.В. Исаенко



Перечень противопоказаний для посещения сауны:

- повышенная температура тела;
- воспалительные болезни органов дыхания;
- злокачественные и доброкачественные образования;
- туберкулез в открытой форме;
- хроническая почечная недостаточность;
- камни в почках и мочеточниках;
- серьезные патологии почек с нарушением их функции;
- нарушения водно-электролитного баланса;
- гепатит и язвенная болезнь в хронической форме;
- желчекаменная болезнь;
- диарея;
- энтеростомия;
- солнечные ожоги кожи;
- после инъекционных и агрессивных косметологических процедур для кожи: пилингов, лазерных шлифовок и других;
- экзема;
- высыпания неясного генеза;
- острый туберкулез кожных покровов;
- псориаз;
- эритродермия;
- микоз;
- склеродермия с очаговыми поражениями;
- гнойная сыпь;
- проказа;
- вирусные патологии кожи;
- артрит и ревматизм в острой форме;
- травмы и раны;
- корешковый синдром компрессивного типа;
- эпилептические приступы;
- миастения;
- болезнь Паркинсона;
- церебральный паралич;
- вегетативно-периферическая нервная дисфункция;
- мигрень;
- повышенное и пониженное артериальное давление;
- инфекции в острой форме с повышением температуры;
- судороги различной этиологии;
- фиброз легких;
- патологии печени, почек и выводящих путей;
- патологии нервной системы.

Предупреждение:

- Алкоголь и высокие температуры, расширяют стенки сосудов. При этом быстрее наступает эффект опьянения и значительно повышается риск разрыва сосудов и отрыва тромбов. Это чревато нарушением кровообращения и опасно для работы сердца и головного мозга.
- При сердечных заболеваниях и гипертонии запрещено после бани сразу окунаться в бассейн.