



NÁVŠTĚVNÍ ŘÁD SAUNOVÉHO PROVOZU **V PLAVECKÉM AREÁLU KLÍŠE**

Tento návštěvní řád slouží k dodržování platných předpisů, ochraně zdraví a bezpečnosti návštěvníků saunového provozu v Plaveckém areálu Klíše v Ústí nad Labem a musí být návštěvníky bezpodmínečně dodržován.

V prostorách saunového provozu a celého areálu je každý návštěvník povinen se chovat tak, aby svým chováním neohrozil bezpečnost ani zdraví své nebo ostatních návštěvníků. Celý prostor plaveckého areálu Klíše včetně saunového provozu je neustále monitorován.

Celý saunový provoz je bezplavkový.

Návštěvníci se pohybují v plachtách, které obdrží na pokladně.

I. VSTUP DO SAUNOVÉHO PROVOZU

Všechny úkony po příchodu do saunového provozu v Plaveckém areálu Klíše se provádí v následujícím pořadí:

- ✓ Seznámení se s návštěvním řádem.
 - ✓ Po zaplacení vstupného na pokladně každý návštěvník obdrží čip.
 - ✓ Do sauny se vstupuje s čistou plachtou.
 - ✓ Vstup do šatny saunové zóny je již čistá zóna, proto prosíme o vyzutí obuvi před šatnou a její odložení v šatně do skříněk.
 - ✓ Odložení oděvů v šatně.
 - ✓ Provést řádné omytí celého těla mýdlem (do sauny není povolen vstup bez předchozího řádného osprchování).
 - ✓ Po každé návštěvě sauny je nutné použít sprchu, kdy s ochlazováním začínejte od dolních končetin.
-
- Návštěvník má v rámci svého pobytu umožněn vstup do saunového provozu Plaveckého areálu Klíše v provozní době. Po zaplacení a vstupu do šatny se podrobuje návštěvnímu řádu saunového provozu a pokynům zaměstnanců Plaveckého areálu Klíše.
 - Návštěvník se na mokřích podlahách pohybuje opatrně. Zejména ve sprchách je potřeba dbát na zvýšenou možnost **NEBEZPEČÍ UKLOUZNUTÍ!** *Provozovatel nenese zodpovědnost za škody a úrazy, které si návštěvníci způsobí vlastní neopatrností nebo evidentním nedodržováním pokynů.*
 - Do saunového provozu plaveckého areálu Klíše nemají přístup osoby, které zjevně trpí příznaky akutního onemocnění (horečka, kašel, rýma, průjem apod.) a přenosnými záněty horních cest dýchacích. Totéž platí pro osoby, které trpí



nemocemi projevujícími se kožní vyrážkou, otevřenými hnisajícími nebo krvácejícími ranami.

- Do **saunového provozu nemají přístup děti do 1 roku.**
- Dětem mladším 10 let je návštěva povolena pouze v doprovodu osob starších 18 let.
- Dětem do 1 roku věku je vstup zakázán. Dětem od 1 do 3 let je vstup povolen, ale je na zvážení rodičů, ti jsou za děti po celou dobu saunování zodpovědní. Pro saunování dětí s rodiči je doporučena nižší teplota saunování.
- Vstup do saunového provozu je určen především zdravým osobám a každý návštěvník ho podstupuje na vlastní odpovědnost.
- Saunování bez zdravotnického dohledu se nedoporučuje osobám s kardiovaskulárními nemocemi, se záchvatovými stavy, s nádorovými onemocněními, osobám s alergií na horko nebo teplotní změny a další zdravotní komplikace, u kterých ošetřující lékař saunování nedoporučí či zakáže.
- Denní provozní doba saunového provozu je uvedena na webových stránkách <http://www.msul.cz/rub-nabizime-vam/rub-plavecky-areal-klise/rub-sauna-klise> a také u vstupu na informační tabuli.
- Každé první pondělí v měsíci probíhá velký sanitární den, kdy je areál uzavřen po celý den.
- Vstup je povolen pouze v provozní době s čipem, který obdrží návštěvník u pokladny po zaplacení vstupného.
- Součástí saunového provozu je 1 finská sauna a 1 BIO sauna. Do saun nikdy nesmí vstupovat dítě bez doprovodu dospělé osoby. Saunové topidlo je zařízení velmi horké. Je zakázáno dotýkat se saunového topidla.
- Čipy fungují jako elektronická peněženka, veškeré platby v areálu jsou prostřednictvím čipu. Vyúčtování je při odchodu na pokladně areálu.
- Při naplnění kapacity saunového provozu nesmí provozovatel povolit vstup dalším návštěvníkům, než se kapacita uvolní. Provozovatel je rovněž oprávněn odmítnout vstup osobám, kterým podle návštěvního řádu není dovolen vstup.
- Prodej vstupenek začíná 10 minut před zahájením provozu pro veřejnost a končí 70 minut před ukončením provozní doby.
- K době pobytu (tj. 1, nebo 2 hodiny) má návštěvník navíc ZDARMA 15 min. na případné prostoje a čas, který slouží k odložení si oděvů v šatně a potřebnému osprchování. Čas začíná běžet označením čipových hodinek po zaplacení na pokladně a končí opětovným označením čipových hodinek na pokladně. Dopltek za překročení času se vybírá za každou započatou minutu nad rámec zaplacené služby a to v odpovídající výši (viz. platný ceník MSUL).

II. VYLOUČENÍ Z NÁVŠTĚVY SAUNOVÉHO PROVOZU V AREÁLU KLÍŠE

- Z areálu může být vykázán bez vrácení vstupného návštěvník, který přes napomenutí poruší ustanovení tohoto návštěvního řádu, nebo neuposlechne pokynů odpovědných pracovníků areálu.
- Do saunového provozu i celého plaveckého areálu Klíše je zákaz vstupu se zvířaty.
- Do sauny není dovolen přístup osobám postiženým horečkou, zánětem očních



spojivek, nakažlivým onemocněním, vyrážkou, parazity, dále osobám v karanténě, členům domácností, v nichž se vyskytlo infekční onemocnění a osobám podnapilým nebo pod vlivem návykových látek.

- Dále bude odepřen vstup osobám nerespektujícím mravní a společenské zásady a osobám nadměrně znečištěným. Ze saunového provozu bude bez nároků na vrácení vstupného vykázán návštěvník, který přes napomenutí poruší ustanovení tohoto návštěvního řádu nebo neuposlechne pokynů odpovědných pracovníků. Neopustí-li návštěvník v takových případech prostor sauny na vyzvání, bude požádána o pomoc Městská policie, či policie ČR.

III. PROVOZNÍ POKYNY PRO NÁVŠTĚVNÍKY SAUNOVÉHO PROVOZU

- Návštěvníci jsou povinni dodržovat osobní hygienu a před vstupem do saun se osprchovat.
- Návštěvníkům sauny není dovoleno pohybovat se mimo vymezený prostor pro návštěvníky.
- Je nutno doplňovat pitný režim, pitná voda je pro návštěvníky dostupná v odpočívárně.
- Celý provoz je bazplavkový, návštěvníci se pohybují ve vlastních nebo zapůjčených plachtách (prostěradlech). V sauně ulehají, nebo usedají na lavice, které si vyopodloží plachtou. Tělo návštěvníka včetně plosek nohou nesmí být v přímém kontaktu s dřevěnými prýčnými v saunách.
- Vzájemnou kontrolu dodržování hygienických zásad provádějí sami návštěvníci mezi sebou, v případě problémů upozorní dozor sauny. Dodržování základních zásad hygienického chování návštěvníků kontroluje personál namátkově.
- Pobyť v prohřívárně se střídá s ochlazovací lázní, která se provádí pomocí ochlazovací sprchy.
- Po ukončení saunovacího procesu je nutný odpočinek cca 20 minut pro regeneraci organismu.
- Svlékat a oblékat se je dovoleno pouze v prostoru šatny. Šatstvo a ostatní osobní věci se musí odkládat pouze do **skříňky**, kterou musí návštěvník uzamknout. Každý návštěvník si zodpovídá za vydaný čip, sloužící k odemčení „přidělené“ skříňky a v případě ztráty nebo poškození je povinen zaplatit předepsanou náhradu. Uzamčení skříňky je pouhým zavřením se zacvaknutím skříňky.
- Návštěvníkům se nedoporučuje přinášet do areálu cenné věci a větší obnosy peněz. Cennosti si návštěvník může uložit do trezorů umístěných za pokladnou.
- Návštěvníci jsou **povinni dodržovat osobní hygienu a čistotu všech prostor a zařízení**. Je nutné šetřit vodou a nepoškozovat zařízení saunového provozu Plaveckého areálu Klíše. Návštěvníci jsou povinni **uhradit škody nebo ztráty, které byly způsobeny jejich vinou na zařízení a na majetku ostatních návštěvníků**.
- **Za ztrátu věcí návštěvníků uložených mimo uzamčené skříňky v areálu a cenných věcí, které návštěvník uložil mimo trezory k tomuto účelu určené, případně nedal do úschovy pracovníkům pokladny, nenese provozovatel odpovědnost.**



- Při překročení doby zaplacení vstupného bude návštěvníkovi za každou minutu účtován stanovený doplatek (uvedeno v aktuálním platném ceníku).
- Každý návštěvník je povinen bezpodmínečně uposlechnout pokynů zaměstnanců areálu.
- Návštěvník je povinen dodržovat také návštěvní řád Plaveckého areálu a další oznámení a upozornění, vyvěšená v areálu.
- Půl hodiny před ukončením provozu musí návštěvníci opustit prohřívárny, aby si odpočinuli a včas opustili prostor šatny saunového provozu.
- Za poranění a úrazy, které si návštěvník způsobí vlastní neopatrností nebo evidentním nedodržením tohoto Návštěvního řádu, nebere provozovatel odpovědnost. Provozovatel nenese odpovědnost ani za zhoršení aktuálního zdravotního stavu návštěvníka po použití sauny.
- Přání a stížnosti, týkající se provozu a chování zaměstnanců se vyřizují s vedoucím zaměstnancem, nebo jeho zástupcem. Připomínky lze zapsat i do Knihy přání a stížností, uložené na recepci areálu.

IV. ZAKÁZANÉ ČINNOSTI V SAUNOVÉM PROVOZU PLAVECKÉHO AREÁLU KLÍŠE

- Kouřit ve všech prostorách Plaveckého areálu Klíše vč. elektronických cigaret.
- Konzumovat alkohol nebo omamné látky a léky v celém prostoru saunového provozu.
- **Zákaz používání požárních tlačítek neoprávněně.** Zneužití se trestá dle právních předpisů.
- Mít sebou ostré předměty, zbraně a skleněné a jiné věci, které se mohou rozbít, způsobit zranění a ohrožovat návštěvníky.
- Zákaz vstupu do saunového provozu dětem do 3 let.
- Chovat se hlučně, používat přístroje pro reprodukovanou hudbu, běhat v celém areálu (z důvodu nebezpečí uklouznutí) a srážet druhé osoby.
- Znečišťovat prostory saunového provozu pliváním, používat při saunování krémy, oleje a med, odhazovat odpadky a jakkoli znečišťovat prostory plaveckého areálu Klíše.
- Bezdůvodně volat o pomoc a bezdůvodně používat SOS tlačítka v sauně, které přivolají obsluhu.
- Vstupovat do prostor určených pro veřejnost. Dále do částí areálu, kde je vyznačen zákaz vstupu z bezpečnostních a provozních důvodů.
- Zákaz dotýkání se horkých částí v saunách – zejména saunového topidla včetně ohrazení a jeho okolí.
- Svévolně přemísťovat a odnášet zařízení a instalovaný nábytek.
- Prát prádlo
- Holení, depilování a stříhání vlasů v prostorách areálu.
- Odstraňování zrohovatělé kůže za pomoci různých abrazivních pomůcek.
- Vyžadovat od zaměstnanců sauny služby odporující tomuto návštěvnímu řádu, platné legislativě a dobrým mravům.
- Ničit vybavení areálu a plýtvat vodou.



- Do saunového provozu je možno vstupovat v čisté plážové obuvi. Do sauny je zákaz vstupu v jakékoliv obuvi.

V. ZÁVĚREČNÁ USTANOVENÍ

Z prostoru saunového provozu bude bez nároků na vrácení vstupného vykázan návštěvník, který přes napomenutí přestoupí ustanovení tohoto návštěvního řádu nebo neuposlechne pokynů odpovědných pracovníků.

Neopustí-li návštěvník v takových případech prostor saunového provozu na vyzvání, bude požádána o pomoc Městská policie, či policie ČR. Dozor saunového provozu v areálu Klíše má právo učinit při saunování veřejnosti taková omezující opatření, aby vzhledem k počtu návštěvníků byla zajištěna jejich bezpečnost a klid.

- První pomoc při úrazu nebo nevolnosti poskytuje obsluha Plaveckého areálu Klíše, která v případě potřeby přivolá lékaře.
- V případě ztráty osobních věcí je třeba informovat pokladní nebo obsluhu saunového provozu, která provede záznam a zavolá policii.
- Poškozování nebo rozkrádání majetku v Plaveckém areálu Klíše je trestné.
- Před opuštěním areálu je návštěvník povinen vrátit zapůjčené vybavení.
- Tento návštěvní řád je závazný pro všechny návštěvníky, podnikatelské služby a zaměstnance saunového provozu plaveckého areálu Klíše, Ústí nad Labem.

VI. NEJDŮLEŽITĚJŠÍ TELEFONNÍ ČÍSLA:

Rychlá záchranná služba	155 (s lékařem - ohrožení života)
Hasiči	150
Policie ČR	158
Městská policie	156

V Ústí nad Labem, dne 1. 6. 2018

.....
Bc. Martina Žirovnická, ředitelka
Městské služby Ústí nad Labem,
příspěvková organizace

.....
razítko



Saunování - pokyny pro návštěvníky:

Příprava:

Před vstupem do sauny si odložte veškeré oblečení, osprchujte za použití mýdla a tělo osušte.

Saunování:

Usedněte nebo si lehněte na některou z lavic, která vám nejlépe vyhovuje. Optimální teplota pro začátečníky by měla být cca 75 stupňů. Při saunování se lehce masírujte a prokrvujte tělo rukou, nebo kartáčem. Dobu saunování zvolte podle svých pocitů. V sauně vám musí být příjemně.

Ochlazování:

Po saunování použijte studenou sprchu, se kterou vždy začínejte od dolních končetin. Je nutné také ochladit hlavu, nejméně však zátylek. Po osušení je možno vykonat několik relaxačních protahovacích pohybů. Odpočíte si a podle osobní potřeby vstupte opět do sauny. Během odpočinku nezapomeňte doplňovat tekutiny!!!

Pro správný účel kvalitního saunování se snažte saunovací proces opakovat 3x.

Odpočinek:

Po třetí fázi saunování se důkladně osprchujte za použití mýdla, umyjte si vlasy šamponem a osušte se.

Ošetřete si vysušenou pokožku krémem nebo olejem. Dopřejte si klidnou chůzi na čerstvém vzduchu a poté relaxujte a dodržujte klid.