Club Santa Bárbara

REGLAMENTO DE SAUNA

1. El servicio de sauna está dirigido a socios mayores de 18 años. No está permitido el ingreso a invitados.

2. **Contraindicaciones:** Hipertensión arterial grave, hipertensión arterial, várices internas o externas, enfermedades cardiovasculares en general y embarazadas. En caso de otras enfermedades o de duda consulte a su médico. No se deberá usar el sauna si está recibiendo medicación, salvo que se haya consultado al médico y este lo considere recomendable.

3. Es obligatorio ducharse (con agua y jabón) antes de acceder al sauna, secándose todo el cuerpo. También será obligatorio utilizar **una toalla para sentarse o acostarse dentro de la misma.** Al salir vístase cuando haya dejado de transpirar.

4. Se deberá acceder al sauna descalzo, dejando el calzado afuera.

5. El acceso se hará desde el vestuario con bata y ojotas. **El uso del traje de baño tiene carácter de obligatorio.**

6. Por razones de salud no está permitido el acceso a quienes padezcan una enfermedad transmisible o infecto-contagiosa.

7. No tomar sauna después de comer o beber alcohol. Evitar entrar con cadenas, pulseras, anillos u otros objetos que puedan causar quemaduras. No ingresar con revistas.

8. No se puede comer, beber, fumar ni usar cremas o aceites en el sauna. Queda prohibido el uso de celulares dentro del mismo.

9. El club no se hará responsable de los accidentes y lesiones que se produzcan en el uso del sauna, ni de las consecuencias económicas que pudieran derivarse de las mismas. Siendo responsabilidad del socio el consultar previamente con el médico, la conveniencia o no de tomar sesiones de sauna.

10. El club será el responsable de hacer cumplir las normas de uso, pudiendo expulsar del recinto a quienes incumplan los términos de la presente normativa, sin perjuicio de las demás responsabilidades a que hubiere lugar.

11. **Es obligatorio solicitar turno para el uso con al menos 4 hs de anticipación. Los turnos deberán reservarse por medio de la WEB O APP del Club. El tiempo de duración de los turnos será de 30 minutos y deberá anotarse un socio como responsable de la reserva, pudiendo compartir su horario con socios de su afinidad, siendo el máximo de 3 personas por turno. Se indicará el costo al hacer la reserva. Personal de Mantenimiento será responsable de su encendido y apagado**

12. Cada socio podrá tener una reserva activa a la vez y no podrá reservar más de un turno por día.

13. Las instalaciones del sauna, estarán disponibles de Lunes a Sábados de 8 a 22 hs.

COMISIÓN DIRECTIVA