

Provozní řád sauny

Provozovatel: Gymnázium J. Vrchlického, Klatovy, Nár. mučedníků 347

Sauna je umístěna v přístavbě tělovýchovných prostor gymnázia a je pod dohledem správce těchto prostor.

Pravidla provozování sauny:

1. Kapacita sauny je 5 osob v jednom cyklu.
2. Při nižším počtu zájemců než 2 se sauna nezapíná
3. V sauně je možno využít šatnu se skříňkami, potírnu, sprchy, toalety a odpočívárnu s lehátky.
4. Při odpočinku je třeba dbát na doplňování tekutin.

Povinnosti návštěvníka sauny:

1. Respektovat pravidla a pokyny obsluhy.
2. Mít s sebou hygienické potřeby (nebarvící ručník nebo osušku, obuv na přezutí, mýdlo nebo šampon).
3. Před saunováním se omýt mýdlem a osprchovat.
4. Před ulehnutím na lehátko se osprchovat a osušit

Je zakázáno:

1. Konzumovat v sauně jídlo a alkoholické nápoje.
2. Nosit do prostoru saunování skleněné nebo kovové předměty.
3. Navštěvovat saunu v době nemoci nebo s kožními problémy (ekzémy, plísně...).
4. Chodit do sauny velmi unavení, vyčerpaní, nevyspalí, hladoví nebo přejezení, protože celý proces je pro organismus velmi náročný.
5. Saunování není vhodné pro lidi s onemocněním srdce a cév, s vysokým krevním tlakem a s onemocněním centrálního nervového systému. Při pochybách je třeba poradit se s lékařem. Saunování probíhá na vlastní nebezpečí!

Provozní doba:

V pracovní dny od 17 do 21 hodin. Po dohodě se správcem možno i jinak.

Důležitá telefonní čísla :	Hasiči	150
	Záchranná služba	155
	Policie	158
	Sekretariát školy	376 313 092
	Správce	602 359729

Schválil : RNDr. Jiří Šlégl
Ředitel školy

Zodpovídá : Pavel Homolka

V Klatovech dne 1.2. 2011