

Приложение № 7 к Приказу № 36 от «25» октября 2023 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор АНО ФКиС

«Дом спорта «Юность»

Д.В. Минин

«25 октября» 2023 год

## ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ БАНЕЙ-БОЧКОЙ

Перед посещением бани-бочки рекомендуем проконсультироваться у лечащего врача.

Единовременное заполнение бани-бочки - не более 10 человек.

Дети до 14 лет допускаются в баню-бочку только в сопровождении взрослых.

Все клиенты при пользовании услугами бани-бочки несут личную ответственность за себя и за своих детей.

Клиент самостоятельно определяет время пребывания в бане-бочке.

Перед посещением бани-бочки необходимо:

- снять с себя все металлические украшения и кольца.
- принять душ без использования мыла и геля для душа.
- мыть голову не рекомендуется во избежание ее перегрева.
- вытереть тело насухо полотенцем.
- входить в баню-бочку только в сменной обуви (сланцы, тапочки и т.п.), со своим полотенцем, шапочкой для бани, при необходимости иметь халат.

Во время сеанса не разговаривайте, дышите спокойно.

Обязательно отдыхайте между заходами в баню-бочку.

Ополаскиваться под душем следует после каждого захода в баню-бочку и перед плаванием в бассейне.

Клиенты несут ответственность за сохранность и порчу имущества или оборудования спорткомплекса.

Клиент обязан поддерживать чистоту и порядок, соблюдать общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, прислушиваться к указаниям и требованиям обслуживающего персонала.

## ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ БАНЕЙ-БОЧКОЙ ЗАПРЕЩЕНО:

- Самостоятельно включать и выключать баню-бочку.
- Проносить с собой и применять огнестрельное, газовое, пневматическое и холодное оружие, колюще-режущие предметы, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, токсичные и сильно пахнущие вещества, алкогольные напитки, наркотические вещества, аэрозольные жидкости.
- Совершать действия, несущие прямую или косвенную опасность для жизни людей.
- Посещать баню-бочку в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- Курить в бане-бочке, распивать алкогольные напитки и принимать пищу.
- Посещать баню-бочку с влажным телом, усталым или голодным.
- Посещать баню-бочку в плохом самочувствии, во время острых или хронических заболеваний, а также с повышенной температурой тела.
- Оставлять в бане-бочке детей возрастом до 14-ти лет без присмотра взрослых.
- Использовать косметические средства.
- Использовать веники.
- Пользоваться бассейном после посещения бани-бочки, НЕ ПРИНЯВ душ!

## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПОСЕЩЕНИЮ БАНИ-БОЧКИ

- сильное переутомление,
- онкологические заболевания,
- все формы гипертонической болезни, сопровождающиеся почечной и сердечной недостаточностью,
- гипертиреоз,
- острая фаза воспалительных процессов,
- бронхиальная астма в тяжелой форме, с неконтролируемым течением,
- инфаркт миокарда, сердечная недостаточность,
- атеросклероз,
- туберкулез,
- лабильная форма сахарного диабета,
- плохая свертываемость крови при склонности к кровотечениям, малокровие,
- заболевания кожи,
- язва желудка или двенадцатиперстной кишки,
- эпилепсия, психопатии, психозы,
- шизофрения,
- глазная гипотония и вторичная глаукома,
- хронические заболевания почек,
- паразитарные заболевания,
- беременность, период лактации.