REGOLAMENTO D' INGRESSO NELLA GROTTA DEL BENESSERE

L'ingresso all'interno della Grotta del Benessere sarà consentito su prenotazione in costume da bagno, esclusivamente con accappato, teli e ciabattine di spugna, direttamente del cliente o forniti in uso gratuito su richiesta dall'Hotel.

I locali tutti sono riscaldati con temperatura ambiente di 19°, a mezzo radiatori con ricircolo dell'area calda tramite ventole nel controsoffitto.

All'interno della grotta è disponibile un servizio di massaggio relax dalle operatrici del centro eseguiti contemporaneamente o uno di seguito all'altro su prenotazione.

L'ingresso sarà consentito alle sole persone in perfetto stato di salute, che dovranno assumersi ogni responsabilità sull'idoneità psico-fisica necessaria per i trattamenti, sottoscrivendo l'apposito "consenso informato".

Non sarà consentito l'ingresso ai minori di anni 16 se non accompagnati, e in ogni caso tutti gli utenti dovranno garantire il rispetto più assoluto del silenzio.

Il tempo di permanenza all'interno della grotta è fissato in un massimo di due ore.

L'USO DELLA GROTTA (SENZA MASSAGGI) è consentito fino a 00:00. L'ultimo appuntamento dovrà essere preso per le 23.00

È possibile prenotare i massaggi all'interno della grotta fino alle ore 18.00

CONSENSO INFORMATO

(obbligatorio per accedere alla SPA)

CONSENSO INFORMATO

Sauna Finlandese e Bagno Turco presso la spa CENTRO BENESSERE SAN PIETRO RELAIS & SPA

La sauna originale, o propriamente detta, in cui la temperatura può raggiungere gli 80-100 °C, mentre l'umidità non supera di media il 10-20% (l'umidità può aumentare in caso di frequenti getti d'acqua sulle pietre della sauna). I vapori nel bagno turco possono raggiungere la temperatura di 40° e umidità anche dell'80%.

Io sottoscritta_____nata/o a_____

il_____dichiaro di aver compreso i possibili effetti collaterali a cui mi espongo in caso di presenza di patologie o fattori che contrindichino l'utilizzo della sauna e/o bagno turco da parte mia. Per tanto dichiaro sotto la mia responsabilità**:**

- di **NON** essere affetto da alcuna patologia cardio vascolare (ivi compresa l'ipertensione arteriosa, l'ipotensione arteriosa, cardiopatie, l'insufficienza venosa degli arti inferiori). Sono consapevole infatti che sottoporsi alla sauna e/o bagno turco in questi casi può avere conseguenze talora gravi (arresto cardiocircolatorio, aritmie cardiache, trombosi etc).

- di **NON** essere affetto da patologie respiratorie come la broncopatia cronica ostruttiva, l'asma, enfisema o altre patologie infiammatorie delle vie aree. Sono infatti consapevole che il calore potrebbe riattivare o peggiorare tali condizioni.

- di **NON** essere in stato di gravidanza. Sono consapevole che il caldo eccessivo potrebbe nuocere gravemente.

- di **NON** soffrire di patologie infettive a carico della cute (come le micosi). Sono consapevole che il caldo potrebbe determinarne un peggioramento e una diffusione oltre a poter verificare una diffusione dell'infezione agli individui che si trovassero a condividere con me l'ambiente della sauna e/o bagno turco.

- di **NON** soffrire di patologie infiammatorie in atto. Sono consapevole infatti che il calore potrebbe riattivare o peggiorare tali condizioni anche con gravi conseguenze.

- di **NON** aver assunto cibi abbondanti e/o troppo elaborati nelle 3 ore precedenti l'ingresso nella sauna e/o bagno turco. Sono consapevole infatti che in tale caso la digestione risulterebbe difficoltosa e ciò potrebbe determinare conseguenze anche gravi.

- di **NON** di avere assunto sostanze eccitanti e alcolici nelle 3 ore precedenti la sauna

- di **NON** essere affetto da epilessia

- di **NON** essere affetto da uno stato febbrile

- di **NON** essere in convalescenza da interventi chirurgici o da altre condizioni generali che imporrebbero cautela come condizione generale

dichiaro altresì di aver preso visione delle norme di comportamento da osservare durante la permanenza nella sauna e/o bagno turco:

- nella sauna e/o bagno turco è vietato portare cibi e/o bevande

- è vietato indossare indumenti al difuori dell'accappatoio del cliente e dei teli forniti dalla direzione

- è vietato utilizzare creme, oli e unguenti vari

- è vietato portare saponi o altre sostanze detergenti

- È vietato indossare materiali metallici (orologi, bracciali, etc)

Dichiaro di ver preso visione circa le corrette modalità di utilizzo della sauna e/o bagno turco:

- è bene effettuare una doccia calda prima di entrare in sauna e/o bagno turco.

- il periodo di permanenza non dovrebbe superare i 15 minuti circa permanendo, in caso dei primi utilizzi, nella zona più bassa della sauna e/o bagno turco, dove il calore è meno intenso.
- Al termine del periodo di permanenza nella sauna e/o bagno turco effettuare una doccia tiepida o fredda reintegrando i liquidi persi con tisane e/o acqua (non fredda) rimanendo al di fuori della sauna e/o bagno turco per almeno 15 minuti coprendosi se necessario con copertine leggere

- effettuare la seconda seduta con le stesse modalità descritte sopra

Essendo consapevole dei rischi a cui mi espongo in caso di falsa dichiarazione di quanto sopra esposto, dichiaro di aver letto e compreso quanto riportato in tale modulo e sollevo la direzione della spa del WELLNESS MARSIA CLUB da qualunque responsabilità.

Roma , li …… In fede

(firma)

……..