



**STONE HILL™**  
MOUNTAIN RESORT

**REGULAMIN OGÓLNY KORZYSTANIA z BASENU  
ZESPOŁU APARTAMENTOWEGO  
UL. KILIŃSKIEGO 8, SZKLARSKA PORĘBA**

**I POSTANOWIENIA OGÓLNE**

Basen w Apartamentowcu przy ul. Kilińskiego 8 w Szklarskiej Porębie składa się z:

- basenu rekreacyjnego z funkcją brodzika dla dzieci
- sześćoosobowej wanny spa
- saunarium
- zaplecza sanitarnego
- szatni.

1. Osoby przebywające na terenie basenu zobowiązane są do zachowania należytej staranności w celu ochrony życia i zdrowia własnego oraz innych osób, a w szczególności:
  - zapoznania i przestrzegania regulaminu korzystania z basenu oraz pozostałych zainstalowanych urządzeń,
  - stosowania się do znaków informacyjnych, nakazu i zakazu umieszczonych na terenie basenu.
  - stosowania się do poleceń oraz sygnałów dźwiękowych ratownika i personelu basenu,
  - dostosowania swoich planów aktywności do własnych umiejętności i sprawności ogólnej oraz stanu zdrowia,
  - użytkowania sprzętu odpowiedniego do rodzaju podejmowanej aktywności, sprawnego technicznie i zgodnie z jego przeznaczeniem i zasadami użycia,
  - bezzwłocznego informowania ratownika lub personelu basenu o zaistniałym wypadku, urazach oraz o innych zdarzeniach, mogących mieć wpływ na bezpieczeństwo własne i innych osób.
2. Dzieci do lat 18 mogą przebywać na terenie basenu jedynie pod nadzorem opiekunów ustawowych. Osoby te ponoszą pełną odpowiedzialność za powierzone im opiece dzieci i odpowiadają za wszelkie szkody przez nie wyrządzone.
3. Na terenie basenu obowiązuje czysty strój kąpielowy spełniający wymogi higieniczne oraz estetyczne, nie posiadający zamków błyskawicznych albo innych wstawek metalowych lub plastikowych, mogących stanowić zagrożenie dla zdrowia lub bezpieczeństwa korzystającego, jak również być przyczyną uszkodzeń elementów wyposażenia basenu:
  - dla kobiet strój kąpielowy jedno lub dwu częściowy, przylegający do ciała,
  - dla mężczyzn kąpielówki o długości maksymalnie do połowy uda, nie posiadające kieszeni ani zamków.

4. Operator basenu nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne zniszczenia strojów kąpielowych bądź akcesoriów pływackich należących do klientów.
5. Dzieci do lat 3 korzystające z basenu lub wanny spa muszą posiadać na sobie jednorazowe pielucho - majtki do kąpeli.
6. Ratownikami wodnymi są osoby noszące strój: koszulkę z napisem ratownik oraz spodenki.
7. Atrakcje wodne mogą być wyłączone czasowo z eksploatacji i korzystanie z nich jest w tym czasie zabronione.
8. Operator basenu ze względów bezpieczeństwa zastrzega sobie możliwość czasowego wyłączenia basenu, wanny spa, lub saunarium z eksploatacji.
9. Osoby z przeciwwskazaniami lekarskimi do uprawiania aktywności w wodzie lub pobytu w saunarium, chorym z widocznymi zewnętrznymi oznakami chorób, stanowiące zagrożenie dla zdrowia innych osób oraz osoby z opatrunkami (plastry, bandaże itp.) nie będą wpuszczane na teren basenu, wanny spa oraz strefy saunarium.
10. Na terenie basenu zainstalowane są i pracują urządzenia do monitoringu. Monitoring odbywa się w sposób ciągły i ma na celu zapewnienie bezpieczeństwa osobom przebywającym w strefach objętych monitoringiem.

## **II OBOWIĄZKI**

11. Przed wejściem na teren basenu każda osoba musi zmienić obuwie oraz starannie umyć całe ciało pod prysznicem z użyciem środków myjących. Zabrania się pod prysznicem używania kosmetyków w szklanych opakowaniach.
12. Zabrania się wstępu i przebywania na terenie basenu osobom, których:
  - stan wskazuje na spożycie środków psychotropowych lub innych środków odurzających albo znajdującym się w stanie nietrzeźwości,
  - zachowanie stanowi zagrożenie dla innych osób,
  - stan higieny odbiega od ogólnie przyjętych norm.
13. Osobom przebywającym na terenie basenu zabrania się:
  - palenia papierosów i e-papierosów na terenie hali basenowej oraz na tarasie zewnętrznym
  - biegania po korytarzach, hali basenowej, w szatni i pomieszczeniach z natryskami, spożywania artykułów żywnościowych na terenie szatni, przebieralni, oraz hali basenowej i w saunach,
  - skakania do wody,
  - wrzucania lub wpychania do wody innych osób,
  - poruszania się w obuwiu codziennego użytku,
  - niszczenia wyposażenia, oraz urządzeń basenu,
  - zanieczyszczania wody basenowej,

- wprowadzania psów lub innych zwierząt,
  - wnoszenia przedmiotów zagrażających bezpieczeństwu korzystających z atrakcji basenu, wanny spa lub saunarium, w tym dmuchanych: materacy, pontonów oraz pistoletów na wodę,
  - wnoszenia przedmiotów zagrażających bezpieczeństwu,
  - korzystania z saun nago bez okrycia,
  - korzystania z leżaków bez okrycia,
  - korzystania nago z basenu oraz wanny spa,
  - przebywania bez okrycia wokół niecki basenowej oraz na tarasie zewnętrznym
  - wnoszenia na teren basenu napojów alkoholowych, narkotyków i środków odurzających oraz ich spożywania.
14. Korzystającym z basenu nie wolno powodować sytuacji zagrażających bezpieczeństwu osób tam przebywających.
15. Zabrania się korzystania z basenu, wanny spa oraz saunarium osobom z chorobami skóry i z otwartymi skaleczeniami.
16. Operator basenu nie ponosi odpowiedzialności za konsekwencje zdrowotne przebywających w obiekcie osób, występujące z przyczyn od niego niezależnych.
17. Korzystanie z suszarek i innego sprzętu elektrycznego może odbywać się jedynie w szatni.
18. Osoby naruszające porządek publiczny lub przepisy niniejszego Regulaminu będą usuwane z terenu basenu.
19. Wszystkie osoby przebywające na terenie basenu zobowiązane są stosować się bezwzględnie do instrukcji oraz poleceń udzielanych przez personel basenu, w tym w szczególności podporządkować się poleceniom ratownika wodnego pełniącego dyżur.
20. Użytkownicy powinni zgłaszać niezwłocznie ratownikowi lub personelowi basenu:
- nieprawidłowości w funkcjonowaniu basenu, wanny spa, saunarium oraz urządzeń i ich wyposażenia,
  - przypadki doznanych kontuzji, urazów, skaleczeń, zasłabnięć, pogorszenia się stanu zdrowia itp.,
  - przypadki naruszania postanowień niniejszego regulaminu przez innych użytkowników basenu oraz zakłócające korzystanie z saunarium,

### **III ODPOWIEDZIALNOŚĆ**

21. Operator basenu nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe i pieniądze pozostawione w szafkach w szatni basenowej lub zagubione na terenie basenu oraz strefy saunarium bądź utracone na skutek kradzieży
22. Za szkody spowodowane przez osoby nieletnie odpowiadają rodzice lub ich opiekunowie
23. W przypadku zanieczyszczenia wody kałem, treścią żołądkową lub innymi substancjami sprawca lub jego opiekun zobowiązany jest do uiszczenia jednorazowej zapłaty w wysokości 5000 zł

24. Za zniszczenia elementów wyposażenia basenu, a także zniszczenie, uszkodzenie lub zagubienie przedmiotów przekazanych do używania odpowiada sprawca szkody.

25. Operator nie ponosi odpowiedzialności za zdarzenia oraz następstwa zdarzeń zaistniałych na skutek naruszenia przez użytkownika postanowień niniejszego Regulaminu i pozostałych instrukcji saunarium oraz wanny spa w tym w szczególności za doznane przez użytkowników kontuzje, urazy, zasłabnięcia, pogorszenia stanu zdrowia itp., a także za szkody w rzeczach użytkowników wniesionych na teren basenu.

26. Wejście na teren basenu traktowane jest jako akceptacja warunków regulaminu ogólnego basenu.

25. Nieznajomość niniejszego regulaminu oraz pozostałych instrukcji nie zwalnia z odpowiedzialności za nieprawidłowe użytkowanie basenu, wanny spa oraz saunarium i ich urządzeń, a operator basenu nie ponosi odpowiedzialności za negatywne tego skutki.

26. Wszystkie osoby korzystające ze strefy basenu zobowiązane są do zapoznania się z treścią niniejszego regulaminu oraz pozostałych instrukcji znajdujących się na terenie basenu i przestrzegania ich postanowień.

### **Wykaz telefonów alarmowych:**

**Pogotowie ratunkowe – 999**

**Straż Pożarna – 998**

**Policja – 997**

**Telefon alarmowy - 112**



## **INSTRUKCJA KORZYSTANIA z WANNY SPA**

1. Wanna spa jest integralną częścią basenu i obowiązują w niej zasady regulaminu ogólnego basenu oraz niniejszej instrukcji.
2. Przed wejściem do wanny spa należy się zapoznać z niniejszą instrukcją oraz przeciwwskazaniami do korzystania z wanny.
3. Z wanny spa mogą korzystać tylko osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów. Dłuższe przebywanie w wannie może wywołać przegrzanie organizmu, którego symptomami jest np. nagły spadek ciśnienia krwi, zawroty głowy, zasłabnięcie.
4. Osoby z dysfunkcjami układu krążenia, układu oddechowego, neurologicznymi i gastrycznymi oraz kobiety w ciąży powinny korzystać z wanny spa ze szczególną ostrożnością i po konsultacji lekarskiej.
5. Za skutki zdrowotne przebywania w wannie spa Operator basenu nie ponosi odpowiedzialności, korzystanie z wanny spa odbywa się na własne ryzyko użytkownika.
6. Dzieci do lat 18 mogą przebywać w wannie spa jedynie pod nadzorem opiekunów ustawowych. Osoby te ponoszą pełną odpowiedzialność za powierzone ich opiece dzieci i odpowiadają za wszelkie szkody przez nie wyrządzone.
7. Nie wolno korzystać z wanny spa będąc pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających.
8. Wszystkie osoby korzystające z wanny spa są zobowiązane bezwzględnie stosować się do ich poleceń ratownika lub personelu basenu.
9. Wszystkie osoby naruszające porządek lub przepisy niniejszej instrukcji będą proszone o opuszczenie terenu basenu.
10. Korzystanie z wanny spa traktowane jest jako akceptacja niniejszej instrukcji wanny spa.

## **INSTRUKCJA KORZYSTANIA Z WANNY SPA**

- niecka wanny spa 55 cm (do siedziska) i 83 cm (do dna),
- wejście do wanny spa może się odbywać wyłącznie od strony uchwytów,
- pierwszeństwo ma osoba wychodząca z wanny spa,
- podczas wychodzenia i wchodzenia do wanny spa należy zachować, szczególną ostrożność,
- w wannie spa może przebywać jednocześnie nie więcej niż 6 osób,
- zaleca się pobyt w wannie spa nie dłuższy niż 20 min,
- kąpiel w wannie spa odbywa się jedynie w pozycji siedzącej,
- wszelkie nieprawidłowości należy bezzwłocznie zgłosić dyżurującemu ratownikowi.



**STONE HILL™**  
MOUNTAIN RESORT

## **INSTRUKCJA KORZYSTANIA z BASENU REKREACYJNEGO**

1. Basen rekreacyjny służy do pływania, kąpieli i rekreacji wodnej.
2. Basen jest strzeżony przez ratownika wodnego.
3. W basenie obowiązuje całkowity zakaz skoków do wody.
4. Do basenu należy wchodzić i wychodzić tylko w miejscach wyznaczonych.
5. Osoby korzystające z basenu zobowiązane są do:
  - bezwarunkowego przestrzegania niniejszej instrukcji oraz regulaminu ogólnego basenu,
  - wykonywania poleceń ratownika wodnego i pracowników obiektu,
  - skorzystania z natrysku przed wejściem do hali basenowej,
  - posiadania stroju kąpielowego (szczegółowy opis stroju kąpielowego został opisany w regulaminie ogólnym basenu).
6. Atrakcje wodne uruchamia ratownik wodny, lub personel obiektu.
7. Należy bezwzględnie stosować się do poleceń ratownika wodnego oraz personelu obiektu.
8. Korzystanie z basenu traktowane jest jako akceptacja niniejszej instrukcji basenu rekreacyjnego.

## **INSTRUKCJA KORZYSTANIA z BRODZIKA**

1. Brodzik przeznaczony jest dla dzieci do lat 10.
2. Dzieci korzystające z pieluszek, powinny posiadać pielucho - majtki przeznaczone do kąpieli.
3. Dzieci korzystające z brodzika muszą pozostawać pod opieką opiekunów.



## **INSTRUKCJA KORZYSTANIA z SAUNARIUM**

1. Z saunarium mogą korzystać jedynie osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z sauny i towarzyszących jej elementów.

2. Z saunarium nie powinny korzystać w szczególności osoby:

- z ostrymi stanami reumatycznymi ( a zwłaszcza reumatoidalnym zapaleniem stawów),
- ze schorzeniami kardiologicznymi ( a zwłaszcza niewydolność serca, niewydolność krążenia, choroba wieńcowa i innymi chorobami serca układu krążenia oraz nadciśnieniem),
- ze schorzeniami pulmonologicznymi (a zwłaszcza w stanach astmatycznych, przeziębieniach i innych schorzeniach układu oddechowego),
- z chorobami tarczycy,
- z chorobami układu trawiennego
- z innymi schorzeniami jak np.: zakrzepowe zapalenie żył, ostre i półostre stany zapalenia skóry, inne ostre stany zapalne, choroby nowotworowe, choroby skórne
- klaustrofobią, epilepsją,
- podwyższoną temperaturą ciała,
- w pierwszy miesiąc po zabiegu chirurgicznym, a także w czasie menstruacji i w okresie ciąży,

3. Zabrania się:

- korzystania z saun nago bez okrycia,
- korzystania z leżaków bez okrycia
- korzystania nago z basenu oraz wanny spa,
- przebywania bez okrycia wokół niecki basenowej oraz na tarasie zewnętrznym
- wnoszenia do pokoi saunowych napojów alkoholowych, narkotyków i środków odurzających oraz ich spożywania.
- umieszczania tekstyliów ( ręczników, pareo, prześcieradeł saunowych, strojów kąpielowych itp. ) w pobliżu pieców lub bezpośrednio na nich.
- wnoszenia przedmiotów zagrażających bezpieczeństwu, np. przedmiotów ze szkła, naczyń ceramicznych, ostrych przedmiotów, substancji niebezpiecznych, szkodliwych chemicznie lub biologicznie itp.;
- zachowania nieobyczajnego, uznanego powszechnie za nieprzyzwoite lub obraźliwe
- zachowania zakłócającego korzystanie ze Strefy Saun innym użytkownikom, w tym głośnych rozmów, emitowania hałasu ( w tym w wyniku używania urządzeń elektronicznych), używania wulgaryzmów,

4. Zabrania się wstępu i przebywania w saunarium osobom, których:

- stan wskazuje na spożycie środków psychotropowych lub innych środków odurzających albo znajdującym się w stanie nietrzeźwości,
- zachowanie stanowi zagrożenie dla innych osób,
- stan higieny odbiega od ogólnie przyjętych norm.

5. Z saunarium mogą korzystać osoby powyżej 18 roku życia.

6. Osoba korzystająca z sauny powinna posiadać klapki przeznaczone tylko do celów kąpielowych, oraz duży ręcznik kąpielowy lub prześcieradło.
7. Przed rozpoczęciem seansu w saunie należy dokładnie umyć ciało pod prysznicem z użyciem mydła, a następnie osuszyć ciało.
8. Z uwagi na komfort innych użytkowników dopuszcza się przebywanie w saunach nago pod warunkiem okrycia miejsc intymnych.
9. Przed skorzystaniem z sauny należy zdjąć klapki kąpielowe i pozostawić je przed pokojem saunowym.
10. Podczas siedzenia lub leżenia w saunie konieczne jest podłożenie ręcznika pod całe ciało (stopy również), celem uniknięcia bezpośredniego kontaktu ciała z oparciami, siedziskami i leżankami.
11. Po skorzystaniu z sauny należy bezwzględnie umyć całe ciało wodą.
12. Po wyjściu z sauny zabrania się wchodzenia do wanny SPA bez uprzedniego umycia ciała.
13. W saunarium obowiązuje zakaz używania telefonów komórkowych, aparatów fotograficznych, kamer oraz innych urządzeń rejestrujących obraz i dźwięk.
14. Korzystający z pokoi saunowych ponoszą materialną odpowiedzialność za uszkodzenia urządzeń i wyposażenia saunarium oraz za szkody powstałe z ich winy.
15. W razie jakichkolwiek wątpliwości przed skorzystaniem z saunarium należy skonsultować się z lekarzem.
16. Użytkownicy powinni zgłaszać niezwłocznie ratownikowi lub personelowi pływalni:
  - nieprawidłowości w funkcjonowaniu saunarium, urządzeń i wyposażenia,
  - przypadki doznanych kontuzji, urazów, skaleczeń, zasłabnięć, pogorszenia się stanu zdrowia itp.,
  - przypadki naruszania postanowień niniejszej instrukcji przez innych użytkowników oraz zakłócające korzystanie z saunarium,
17. Operator basenu nie ponosi odpowiedzialności za wszelkie zdarzenia powstałe na skutek złamania zasad bezpieczeństwa oraz nieprzestrzegania niniejszej instrukcji saunarium.
18. Wszystkie osoby naruszające porządek lub przepisy niniejszej instrukcji będą proszone o opuszczenie terenu basenu.
19. Korzystanie z saunarium traktowane jest jako akceptacja niniejszej instrukcji saunarium.



# SAUNA INFRARED

- temp. od 40°C do 60°C
- wilgotność powietrza od 40 % do 60 %

Regeneracja mięśni po wysiłku.

Poprawa stanów pourazowych narządów ruchu.

Łagodzenie bólu mięśni i stawów.

Polepszenie kondycji skóry.

Spalanie zbędnych kalorii.

Zwalczanie cellulitu.

# SAUNA SUCHA

- temp. od 60°C do 120°C
- wilgotność powietrza od 5 % do 25 %

Poprawa kondycji skóry.

Zmniejszenie stresu i zmęczenia.

Wsparcie układu odpornościowego.

Oczyszczenie organizmu z toksyn.

# SAUNA ZIOŁOWA

- temp. od 30°C do 60°C

Relaks i poprawa ogólnego samopoczucia.

Wsparcie układu odpornościowego

Oczyszczanie i nawilżanie skóry

# BASEN, JACUZZI I SAUNY

NA OSIEDLU APARTAMENTOWCÓW KILIŃSKIEGO  
8, 8A, 8B i 8C

## LOKALIZACJA I GODZINY OTWARCIA

Basen zlokalizowany jest w budynku 8B na poziomie -1

### GODZINY OTWARCIA

W okresie wakacji, ferii, weekendy i święta:

BASEN: od 9.00 do 21.00

SAUNY: od 16.00 do 20.00

Pozostały okres:

BASEN: od 15.00 do 21.00

SAUNY: od 17.00 do 19.00



\* Na basenie obowiązuje strój kąpielowy i klapki basenowe.