

Privátní wellness centrum – provozní řád

Vážení hosté,

jelikož chceme, abyste si svůj pobyt v našem wellness centru opravdu užili, věnujte prosím pozornost následujícím informacím.

- Pobyt ve wellness centru je možný po rezervaci a zaplacení vstupného dle platného ceníku. Doba pobytu v sauně a vířivce začíná vstupem do prostor wellness centra. Překročí-li návštěvník dobu určenou k pobytu, je povinen uhradit příslušný doplatek dle ceníku.
- Vstup do prostor wellness centra je povolen pouze bez bot, přezůvky jen po dohodě a kontrole čistoty odpovědnou osobou.
- Před použitím infrasauny/vířivky se prosím důkladně osprchujte teplou vodou s použitím mýdla, odličte se, dlouhé vlasy spleťte.
- Použití infrasauny je možné pouze bez plavek. Po vysprchování se důkladně osušte. Prostěradlo na saunování a ručníky jsou pro Vás zdarma připraveny.
- Účinek relaxace je možný zvýšit připravenou relaxační hudbou.
- Při dokončení saunování a vířivé koupele se prosím znovu osprchujte. Bez důkladného osprchování je zakázáno přecházet mezi infrakabinou a vířivkou.
- V prostoru wellness centra je zakázáno kouřit a užívat omamné látky.
- Nevnášejte sklo a další křehké nádoby, které by mohlo poškodit zařízení. Vyvarujte se prosím konzumace potravin a sladkých nápojů.
- Dbejte opatrnosti při pohybu. Hrozí nebezpečí uklouznutí a případného úrazu.
- Při úrazech a nevolnosti zavolejte odpovědnou osobu, která zajistí základní ošetření a v případě nutnosti lékařskou pomoc.
- Do wellness centra nemají přístup osoby trpící přenosným onemocněním, osoby s kožním onemocněním a otevřenými kožními defekty, osoby s jakýmkoli onemocněním v akutním a dekompenzovaném stadiu, osoby trpící inkontinencí a infekcemi močových cest, osoby pod vlivem alkoholu či návykových látek. Návštěvu vynechte, jste-li bezprostředně po úrazu či operaci. Trpíte-li chronickým onemocněním (onkologické onemocnění, srdeční onemocnění, vysoký/nízký krevní tlak, cukrovka, záchvatovitá onemocnění, autoimunitní onemocnění, ...), konzultujte svůj zdravotní stav před návštěvou wellness s Vaším ošetřujícím lékařem.
- Z důvodu Vaší bezpečnosti důrazně doporučujeme pobyt ve wellness centru ve 2 osobách a ve 100% zdravotní kondici. Každý návštěvník vstupuje do prostor wellness centra na vlastní nebezpečí. Nepokoušejte se o osobní léčbu jakéhokoli onemocnění prostřednictvím infrasauny/vířivé koupele bez konzultace s lékařem. Wellness centra slouží k relaxaci zdravých osob.
- Těhotným ženám je vstup povolen pouze na vlastní nebezpečí, po konzultaci s ošetřujícím gynekologem.
- Dětem vstup povolen pouze na zodpovědnost rodičů.
- Rezervační klient souhlasí s těmito předpisy a podmínkami použití wellness centra a jednotlivých služeb. Klient je odpovědný za veškeré škody, včetně znečištění vody, způsobené svým jednáním ve wellness centru, provozovatel penzionu si vyhrazuje právo na jejich finanční kompenzaci (její výši vyčíslí odpovědná osoba wellness centra, popř. v součinnosti s Policií ČR). Provozovatel penzionu není zodpovědný za případné zhoršení Vašeho zdravotního stavu a škody na majetku.

V případě jakýchkoliv doplňujících dotazů se prosím obraťte na odpovědnou osobu.

Vířivka – bližší informace

Hydromasáž vznikající působením tlaku a tepla prostřednictvím kombinace vzduchových a hydromasážních trysek má řadu pozitivních účinků – psychické uvolnění a s ním související pozitivní vliv na bolesti hlavy, kvalitu spánku, snížení stresu a optimalizace funkce vegetativního systému, dále uvolnění namožených svalů, zmírnění bolesti zad a kloubů, pozitivní vliv na kardiovaskulární systém, zlepšení stavu pokožky a celulitidy. Nicméně existuje i řada stavů, kdy teplá hydromasáž vhodná není, či je přímo zapovězena. Jste-li nemocní, konzultujte svůj zdravotní stav s lékařem.

Respektujte prosím výše uvedené všeobecné pokyny a doporučení, včetně stavů vylučujících návštěvu wellness centra.

Vstup do vířivky je možný pouze po důkladném osprchování mýdlem, viz výše, v plavkách i bez plavek. Kapacita vířivky je 1-2 osoby. Jednotlivá sedadla mají různé formy trysek, proto je pro větší účinek masáže pravidelně střídejte. Teplota vody je 34-38°C. Voda je ošetřovaná minerálními solmi z Mrtvého moře, která nezpůsobuje kožní alergie, nedráždí oči, nezapáchá, má dobré antiseptické a dezinfekční účinky, kromě toho má výborný vliv na výživu a stav pokožky a zvyrazňuje pozitivní účinek hydromasáže.

Ovládání vířivky je na její pravé straně. Tlačítka 1 a 2 ovládáte čerpadla, která běží vždy 20min, pokud je nevypnete. Tlačítko 3 slouží k ovládání světelných variací. Ostatní ovládací prvky prosím nespouštějte. V případě jakýchkoli pochybností kontaktujte odpovědnou osobu.

Infrasauna – bližší informace

Infrasauna má řadu blahodárných účinků - dochází k uvolnění namožených svalů, dále saunování zmírňuje pocity únavy, zlepšuje nespavost, uvolňuje dýchací cesty, je výborné při bolesti a ztuhlosti zad a kloubů, zlepšuje elasticitu kůže, zbavuje pokožku nečistot, pomáhá odstranit toxické látky z těla. Nicméně existuje i řada stavů, kdy použití IR záření vhodné není, či je přímo zapovězeno. Jste-li nemocní, konzultujte svůj zdravotní stav s lékařem.

Respektujte prosím výše uvedené všeobecné pokyny a doporučení, včetně stavů vylučujících návštěvu wellness centra.

Kabinu je nutno předem nahřát na požadovanou teplotu a nastavit požadovanou délku saunování. To po dohodě s Vámi provede odpovědná osoba, která Vás rovněž zaškolí v ovládání. Ostatní ovládací prvky prosím nespouštějte a nesnažte se nastavení sami regulovat. V případě pochybností kontaktujte odpovědnou osobu. Kapacita infrakabiny je 1-2 osoby.

Do infrakabiny vstupujte důkladně vysprchování, po důkladném osušení, bez plavek. Doporučuje se použití 2-3 ručníků – na sezení, pod nohy, a hrubší ručník nebo žínka k otírání potu a odstranění odumřelých kožních buněk, čímž se zároveň podpoří další pocení.

V infrakabině probíhá saunování na principu emise infračerveného záření prostřednictvím speciálních keramických zářičů. IR záření proniká rovnou hluboko do tkání a prohřívá je, do prostoru kabiny se dostane jenom zbytek tepla - teplota vzduchu se pohybuje v rozmezí 20-60°C. K intenzivnímu pocení dochází až po cca 15min a to i při výrazně nižších teplotách ve srovnání s finskou saunou /z tohoto důvodu není nutné čekat, až se infrasauna rozehřeje naplno/, organismus je méně zatěžován a díky nízké teplotě lze pobyt v sauně prodloužit až na 20-45min. Nejlepší poloha je vzhledem k umístění zářičů vsedě.

Po dokončení saunování nechte tělo na vzduchu postupně ochlazovat, poté se doporučuje sprcha spíše vlažnou vodou. Mýdla a sprchové gely se z důvodu otevřených pórů nedoporučují. Zapomínat byste neměli ani na pitný režim. Ideální je kombinace s vodní či klasickou masáží.