

**Regulamin korzystania z Groty solnej
Ośrodka Sportu i Rekreacji „Huragan” w Wołominie, przy ul. Korsaka 4.**

1. Grota solna jest integralną częścią odnowy biologicznej obiektu pływalni Ośrodka Sportu i Rekreacji „Huragan” w Wołominie.
2. Każda osoba przebywająca w grocie solnej, zobowiązana jest do zapoznania się i przestrzegania niniejszego Regulaminu Groty solnej.
3. Z groty solnej należy korzystać w czystym i suchym obuwiu oraz suchym stroju. Ze względów higienicznych, wymagane jest posiadanie suchego ręcznika.
4. W grocie solnej do dyspozycji osób korzystających, dostępne są koce.
5. Dzieci do 12 roku życia, przebywają w grocie solnej pod opieką osób dorosłych. Osoby dorosłe ponoszą pełną odpowiedzialność za powierzone im dzieci.
6. Zaleca się, ze względów zdrowotnych korzystanie z groty solnej w jednorazowym dziennym seansie czasowym, trwającym maksymalnie 45 minut.
7. Jednocześnie z groty solnej może korzystać maksymalnie 6 osób.
8. W grocie solnej obowiązuje całkowity zakaz:
 - Spożywania pokarmów i napojów;
 - Wnoszenia i spożywania napojów alkoholowych i innych środków odurzających;
 - Palenia tytoniu z e-papierosem włącznie;
 - Wnoszenia opakowań szklanych, ostrych narzędzi oraz innych niebezpiecznych przedmiotów.
9. W strefie odnowy biologicznej, w tym grocie solnej ZABRONIONE jest przebywanie w stanie nietrzeźwym lub pod wpływem środków odurzających.
10. Dotykanie ścian groty solnej, elementów wystroju wnętrza, w tym oświetlenia oraz wnoszenie kryształków solnych jest ZABRONIONE.
11. ZABRANIA SIĘ ingerencji w HALOGENRATOR, emitującego bezpośrednio w grocie solnej naturalne mikrocząsteczki soli, tworzące morski klimat.
12. Nie zaleca się przed wejściem do groty solnej, używania zbyt intensywnych kosmetyków (np. perfum, dezodorantów, itp.).
13. W grocie solnej, miejscu łączącym walory zdrowotne i relaksacyjne, ZABRANIA SIĘ hałasowania oraz korzystania z telefonów.
14. Nie można filmować i/lub fotografować w trakcie korzystania z groty solnej.
15. W przypadku złego samopoczucia należy niezwłocznie opuścić grootę. W celu uzyskania pierwszej pomocy przedlekarskiej należy zgłosić się do ratownika.
16. Osoby z niżej wymienionymi dolegliwościami powinny zasięgnąć opinii lekarza przed skorzystaniem z groty solnej:
 - nadczynność tarczycy;
 - ostre stany chorób układu oddechowego;
 - zatrucia;
 - niewydolność serca;
 - kobiety w ciąży;
 - klaustrofobia;

- zaawansowane choroby nowotworowe;
- ostry stan gruźlicy;
- inne stany ostrego zapalenia.

Grota solna jest miejscem wyciszenia i relaksu, z tego powodu prosimy o zachowanie ciszy i spokoju.

Zastępca Dyrektora
/-/ Bożena Matusiak