



SAUNA: Kayak Beach Bar

Provozní řád a rezervační podmínky

Jak rezervovat místo v sauně?

Přes rezervační on-line systém na www.kayakbeachbar.cz, kde vidíte, zda je místo volné v daný čas i den. Nebo osobně na kontaktním telefonním čísle.

Saunu je možné rezervovat minimálně na 1 h. a dále pak po 30 min. Cena za každých 30 minut je 95 Kč. K zapůjčení je prostěradlo a ručník v ceně 30 Kč za kus.

Saunu je také možné rezervovat v privátním režimu. Základní ceník pro privátní saunu je 1 350Kč na 1h pro 2 osoby, další poplatky dle platného ceníku uvedené na webových stránkách.

Nedostavíte-li se v čase Vaší rezervace bez příslušné omluvy bude možnost po Vás požadovat STORNO POPLATEK v ceně 190,-Kč, při rezervaci privátní sauny je STORNO POPLATEK ve výši 1 350Kč.

Návštěvní řád Sauny:

- Před vstupem do potírny se umyjte mýdlem. Vlasy si umyjte až před posledním vstupem.
- Před každým vstupem do potírny setřete vodu z povrchu těla.
- S sebou vezměte jen prostěradlo či osušku, na které si sednete nebo lehnete. Nevhodné je sedět způsobem, jako sedíte na židli. Může to vést k závratím nebo bolesti hlavy.
- V potírny se důkladně podložte ručníkem nebo prostěradlem, včetně chodidel.
- Uvnitř sauny nemluvte, pouze relaxujte.
- V sauně můžete dýchat nosem a také ústy. Při pocitu pálení vzduchu při dýchání můžete překrýt nos i ústa dlaní. Dýchejte normální frekvencí, jak jste zvyklí.
- Po uplynutí doporučené doby pobytu nebo při pocitu pálení ušních boltců, špičky nosu či bradavek vyjděte z potírny.
- Při dokonalém prohřátí pot omyjte pod sprchou a ochlaďte se v ní. Doporučujeme ochladit i hlavu. Nebo alespoň zátylek.
- V odpočívárně zůstaňte alespoň 20 minut. V této fázi nezapomeňte řádně doplnit tekutiny.
- Proceduru teplo – chlad opakujte alespoň 3x. Po posledním ochlazení se opláchněte vlažnou vodou, nepoužívejte již mýdlo.

KAYAK BEACH BAR - tel. 737 502 506 / www.kayakbeachbar.cz / naplavka@kayakbeachbar.cz