



REGULAMIN GROTY LODOWEJ

- max 6 osób

- temperatura minus 15 °C

1. Grota lodowa jest czynna od poniedziałku do piątku w godz. 15.00 – 21.45, w soboty, niedziele i święta w godz. 8.00 – 21.45.
2. Grota lodowa jest integralną częścią Parku Wodnego i obowiązują na jej terenie przepisy regulaminu ogólnego Parku Wodnego oraz niniejszego regulaminu.
3. Przed wejściem do pomieszczenia groty lodowej należy zapoznać się z regulaminem.
4. Korzystanie z groty lodowej jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie przepisy regulaminu.
5. Przy korzystaniu z pomieszczenia groty lodowej należy bezwzględnie stosować się do regulaminu, instrukcji użytkowania urządzeń, poleceń i informacji udzielanych przez pracowników Parku Wodnego.
6. Za skutki zdrowotne przebywania w grocie lodowej kierownictwo obiektu nie ponosi odpowiedzialności.
7. Z groty lodowej mogą korzystać tylko osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów.
8. Dzieci do lat 13 mogą przebywać w grocie lodowej wyłącznie pod opieką osób pełnoletnich.
9. Nie zaleca się korzystania z groty lodowej osobom:
 - 9.1 po obfitym posiłku,
 - 9.2 po wysiłku fizycznym,
 - 9.3 chorym na serce, nadciśnienie i z chorobami naczyń krwionośnych,
 - 9.4 chorym na tarczycę, klaustrofobię, epilepsję, ostre stany reumatyczne, nowotwory, ostre infekcje i stany astmatyczne,
 - 9.5 z gorączką,
 - 9.6 zmęczonym i w stanie intoksykacji,
 - 9.7 ze skłonnością do krwawień,
 - 9.8 w stanach chorobowych w okresie ostrym ,
 - 9.9 cierpiącym na choroby oczu,

- 9.10 po silnych oparzeniach słonecznych,
- 9.11 kobietom w czasie menstruacji i w okresie ciąży.
- 10. W pomieszczeniu groty lodowej panuje temperatura – minus 15 °C.
- 11. Przed wejściem do pomieszczenia groty lodowej należy:
 - 11.1 załatwić potrzeby fizjologiczne,
 - 11.2 zdjąć wszystkie przedmioty metalowe,
 - 11.3 zdjąć okulary i szkła kontaktowe,
 - 11.4 umyć całe ciało pod prysznicem mydłem a następnie wytrzeć do sucha,
 - 11.5 założyć obuwie basenowe,
 - 11.6 pozostawić ręcznik na zewnątrz.
- 12. Minimalnie w grocie lodowej mogą przebywać 2 osoby, maksymalnie 6 osób.
- 13. W grocie lodowej obowiązuje strój kąpielowy.
- 14. W grocie należy zachować ostrożność przy poruszaniu się, ze względu na śliską podłogę.
- 15. Zabrania się:
 - 15.1 dotykania urządzeń chłodzących i dysz oraz polewania ich wodą i innymi płynami,
 - 15.2 regulowania i zakrywania urządzeń,
 - 15.3 leżenia lub siedzenia na podłodze oraz dotykania ścian groty,
 - 15.4 wchodzenia do groty bez obuwia.
- 16. Pobyt w grocie lodowej nie powinien przekraczać 10 minut.
- 17. Po pobycie w grocie lodowej należy wypocząć około 15 - 20 minut. Wskazane jest picie w umiarkowanych ilościach wód mineralnych.
- 18. Po pobycie w grocie lodowej przeciwwskazane jest podejmowanie wysiłku fizycznego.
- 19. Wszelkie pogorszenie samopoczucia należy niezwłocznie zgłaszać pracownikowi obsługi lub ratownikowi albo skorzystać z przycisku alarmowego