

**LUX DC s.r.o. , Obchodná 37 B, 811 06 Bratislava -
mestská časť Staré Mesto
Návštevný poriadok wellnessu v Garni Hoteli Relax *****

v Senci

I. Úvod

Wellness Relax je miestom, kde telo a duša nachádzajú prirodzenú rovnováhu. Prijemná architektúra šiestich rôznych sáun s jaskynnými, rímskymi, slovanskými a ďalšími interiérmi, vonné esencie /aromaterapia/, relaxačná hudba /muzikoterapia/, vodné osvieženie /hydroterapia/ a oddychová časť tepidárium, sú zárukou dokonalého oddychu.

Už starí Rimania a Gréci využívali s veľkou obľubou parné sauny. Vedeli, že tento druh oddychu upevňuje zdravie a posilňuje obranyschopnosť organizmu.

Vitálny svet predstavuje celkový relaxačno – uvoľňujúci koncept s účinnými ošetreniami, ktorý sa opiera o špičkovú kozmetickú technológiu a zmyslové prostredie. Výsledkom týchto kúr je nielen krásna pokožka celého tela, ale aj harmonizácia tela a ducha.

II. Vstup do wellness

1. Vstup do priestorov je povolený len v čase prevádzky a s platnou vstupenkou. V cene vstupenky je započítaná plachta. Otváracia doba prevádzky je 10:00-19:00 (zmena otváracích hodín vyhradená) podľa počtu nahlásených záujemcov. V prípade záujmu je hosť toto povinný nahlásiť maximálne do 10:00 hodiny rána v daný deň. Vstup do saunového sveta je na 2 hodiny.
2. Prevádzkovateľ si vyhradzuje právo na uzavretie Wellness centra počas prevádzkovej doby pre uzavretú spoločnosť (skupinová rezervácia). Počas tejto doby je wellness centrum pre verejnosť zatvorené.
3. Za stratené, alebo použité vstupenky sa náhrada neposkytuje.
4. Na prezliekanie je k dispozícii šatňa. Odev a obuv odkladajte do skriniek, ktoré sa nachádzajú v šatni.
5. Návštevník má plnú zodpovednosť za uzamknutie skrinky, v ktorej má uložené osobné veci, oblečenie a obuv.
6. Návštevník vstupuje do priestorov wellness zaodetý len v plachte, keď predtým si osobné veci uložil v určenej skrinke, umyl si celé telo mydlom, dôkladne sa osprchoval a poutieral. Vstup v plavkách alebo inom oblečení je zakázaný.
7. V prípade prianí a sťažností je potrebné kontaktovať službukonajúceho zamestnanca.
8. Prvú pomoc zabezpečuje službukonajúci zamestnanec.
9. Návštevníci sú povinní dodržiavať pokyny určených zodpovedných zamestnancov.
10. Návštevníci sú povinní udržiavať v priestoroch Wellness čistotu a poriadok.
11. Vitálny svet je spoločným priestorom mužov a žien, pričom návšteva detí, resp. mladistvých do 15 rokov je bez sprievodu zodpovednej osoby zakázaná.
12. Vitálny svet je oázou zmyslových orgánov tepla, zvuku, vône a pod., preto sa vyžaduje od návštevníkov zachovanie pokoja a ticha.
13. Do priestorov vitálneho sveta je neprípustné prinášať sklenené poháre, fľaše a pod.

III. Zákaz vstupu do vitálneho sveta

1. Pobyť v jednotlivých priestoroch, ktoré sa v zásade skladá z horúcich, chladných, vodných a oddychových priestorov je určený len zdravým osobám.

LUX DC s.r.o. , Obchodná 37 B, 811 06 Bratislava - mestská časť Staré Mesto

2. Osoby, ktoré trpia cievnyimi a srdcovými chorobami majú vstup do priestorov relaxačného centra zakázaný, resp. vstup je na vlastnú zodpovednosť, nakoľko je tu možnosť nepriaznivého pôsobenia na ich organizmus a o uvažovanej návšteve našich priestorov by sa mali poradiť so svojim osobným lekárom. Každý návštevník vitálneho sveta si musí uvedomiť, že do jeho priestorov vstupuje na vlastné nebezpečie!
3. Do priestorov vitálneho sveta je taktiež zákaz vstupu osobám, ktoré trpia príznakmi akútneho ochorenia, najmä zápalmi dýchacích ciest, zvýšenými teplotami, kašľom, nádchou, hnačkovými ochoreniami, bolesťami hlavy, malátnosťou, ďalej hnisajúcimi, alebo krvavými ranami a pod.
4. Ďalej vstup do vitálneho sveta nie je povolený osobám, ktoré trpia infekčnými chorobami, bacilonosičom, osobám u ktorých sa v najbližšom okolí vyskytuje infekčné ochorenie.
5. Vstup do priestorov vitálneho sveta je prísne zakázaný osobám, ktoré javia príznaky použitia alkoholu, zahmyzeným a špinavým osobám.
6. Vstup do wellnessu môže byť odopretý osobám, ktoré napriek upozorneniu vykazujú agresívne a nekontrolovateľné správanie, porušujú ustanovenia návštevného poriadku, nedodržiavajú zásady hygieny a bezpečnosti a ich správanie je v rozpore s mravnými a spoločenskými zásadami .
7. Do Wellness je zákaz vstupu so zvieratami.
8. V priestoroch relaxačného centra je zákaz pitia a jedenia. V celom objekte je prísny zákaz fajčenia !

IV. Zodpovednosť

1. Návštevník je povinný správať sa v priestoroch Wellness spôsobom, ktorý nepoškodzuje alebo neznehodnocuje majetok Wellness.
2. Návštevník je povinný nahradiť všetky škody, ktoré spôsobí svojim konaním alebo opomenutím.
3. Rodičia alebo sprevádzajúce osoby nad 15 rokov sú plne zodpovedné za správanie detí a pri porušení prevádzkového poriadku alebo iného zákazu prevádzkovateľ nezodpovedá za prípadný úraz alebo ujmu na zdraví.
4. Prevádzkovateľ nezodpovedá za škody, poranenia alebo úrazy spôsobené neopatrnosťou alebo nedodržaním tohto návštevného poriadku alebo pokynov zodpovedných zamestnancov Wellnes.
5. Škody spôsobené vo Wellnes návštevníkmi budú vymáhané podľa platných právnych predpisov SR

v. Vitálny svet

Jaskynná parná sauna

Sauna s brezovou vôňou má účinky pri liečbe zápalových ochorení odvodových močových ciest a podporuje liečbu reumatických ochorení.

- Odporúčaný čas 5-15 minút
- Teplota 38-40°C
- Vlhkosť vzduchu 100%
- Vône lipová – pôsobí proti nespavosti, nervozite a podráždenosti
- Účinky: podpora liečby reumatických ochorení a močových ciest, imunita
- Kontraindikácie :srdcové ochorenia, vysoký krvný tlak, vek nad 70 rokov, gravidita, chrípka, epilepsia

LUX DC s.r.o. , Obchodná 37 B, 811 06 Bratislava - mestská časť Staré Mesto

Rímska parná sauna

Sauna s eukalyptovou aromaterapiou má blahodárne účinky napr. pri bronchitíde, rozpúšťa hlien, potláča zápal a pôsobí dezodoračne.

- Odporúčaný čas 5-15 minút
- Teplota 38-40°C
- Vlhkosť vzduchu 100%
- Vône lipová – pôsobí proti nespavosti, nervozite a podráždenosti
- Účinky: regeneračné, protizápalové, vonná terapia eukalyptom
- Kontraindikácie: srdcové ochorenia, vysoký krvný tlak, vek nad 70 rokov, gravidita, chrípka, epilepsia

Fínsky zrub

Čistá para rozširuje cievy, uvoľňuje psychiku a svalstvo a vo vegetatívnom nervovom systéme vyvoláva dôležité impulzy v orgánoch produkujúcich hormóny.

- Odporúčaný čas 5-15 minút
- Teplota 38-40°C
- Vlhkosť vzduchu 100%
- Vône lipová – pôsobí proti nespavosti, nervozite a podráždenosti
- Účinky: regeneračné, relaxačné, posilnenie imunitného systému, prevencia proti chorobám
- Kontraindikácie :srdcové ochorenia, vysoký krvný tlak, vek nad 70 rokov, gravidita, chrípka, epilepsia

Fínska suchá sauna

Vyvoláva silné potenie. Rýchle vyparovanie potu ochladzuje pokožku a teplota vo tela stúpne o cca 1o°C. Tým podporuje tvorenie obranných látok voči infekciám.

- Odporúčaný čas 5-15 minút
- Teplota 80-90°C
- Vlhkosť vzduchu 15-35%
- Vône lipová – pôsobí proti nespavosti, nervozite a podráždenosti
- Účinky: regeneračné, relaxačné, posilnenie imunitného systému, prevencia proti chorobám
- Kontraindikácie:srdcové ochorenia, vysoký krvný tlak, vek nad 70 rokov, gravidita, chrípka, epilepsia

Infrasauna

Zohrieva organizmus zvnútra, zlepšuje krvný obeh, odbúrava tukové bunky, celulitídu, cholesterol a jedovaté látky z organizmu.

- Teplota 45-60°C
- Účinky:posilnenie imunity, prekrvenie organizmu, prečistenie dýchacích ciest

LUX DC s.r.o. , Obchodná 37 B, 811 06 Bratislava - mestská časť Staré Mesto

- Kontraindikácie:alergie, astma, vysoký alebo nízky krvný tlak

Tepidária

Dokonalý relax medzi saunovaním Vám poskytnú naše štyri tepidária. Tepidárium s teplotou okolo 40°C slúži k miernemu a šetrnému zahriatiu celého tela. Je ideálnou prípravou na ďalšie procedúry a tiež miestom záverečného odpočinku počas pobytu vo vitálnom svete.

- Odporúčaný čas do 30 minút
- Teplota 29-31°C
- Účinky:relaxácia celého tela v teplej miestnosti medzi saunovaním a procedúrami
- Kontraindikácie:gravídita, chrípka, epilepsia, infekčné choroby, hnisavé ochorenia kože, horúčkovité ochorenia