

KRIOSZAUNA HASZNÁLATI RENDJE

Ha megvásárolta a belépőjegyét, akkor Ön ebben az esetben köteles betartani a szauna használati rendjét! A használati rend kifüggesztésre került a krioszauna kezelő helyiség falán.

KRIOSZAUNÁT MINDENKI CSAK A SAJÁT FELELŐSÉGÉRE HASZNÁLHATJA!

A krioszauna (továbbiakban szauna) használata előtt a következőkre ügyeljünk:

- A szaunát csak száraz bőrrel, krémektől, olajoktól mentes állapotban használjuk! Fehérneműt szükséges a kezelés alatt magunkon tartani!
- A fagyásveszély miatt, minden olyan ékszert, órát, nyakláncot, gyűrűt, eszközt, vegyünk le magunkról, amely fémet tartalmaz. Ha van testékszerünk, ragasszuk le ezeket.
- A szaunában a lábvédelem nagyon fontos, ezért csak gyapjú védőmamuszban szaunázzunk, ugyanis a lábujjak fokozottan fagyásveszélyesek! Ezt a mamuszt a kezelő biztosítja számunkra! A védőmamusz alá használjunk saját zoknit, a személyes higiénia miatt!

A SZAUNÁZÁSKOR MINDEN ESETBEN JELEN VAN EGY KEZELŐ SZEMÉLY, AKINEK AZ UTASÍTÁSAIT MINDEN SZAUNÁZÓNAK BE KELL TARTANI!

A szaunázás megkezdése előtt a kabint a kezelő lehűti, -120 celsius fokra. Ezután belépünk a kabinba. A kabinban állva tartózkodunk, esetleg foroghatunk is. A kezelő személy egy beépített lift segítségével felemeli a szaunázó személyt a megfelelő magasságba! Fontos, hogy a vállak csúcsai kiemelkedjenek a szauna felső peremének szintje fölé, és a kezeit is tegye ki a szauna ezen pereme fölé. Ez azért fontos, mert amikor a hideg cseppfolyós nitrogén párolog a kabinban, a hideg pára miatt minimálisan a felső perem fölött van a nitrogéndús levegő, amely a pára miatt fehér ködként mutatkozik.

Ezt a párat ne szívjuk magunkba! A nitrogén nem mérgező, csak oxigén kiszorító hatású!!

Ez az állapot néhány másodpercig tart, utána a gép szakaszos működéssel tartja a beállított hőfokot, időnként befújja, a hőmérséklet stabilizáláshoz szükséges nitrogén-levegő elegyet a kabinba. A kezelés időtartama egyéntől és a használat gyakoriságától függően változik. Ez kettő és három perc között változik.

A szaunázó személy egy képernyő segítségével nyomon követheti a szauna hőmérsékletét, és a kezeléssel hátralévő időt. Rosszullét vagy egyéb probléma esetén, a használó és a kezelő is egy vészgomb segítségével megszakíthatja a kezelést. Amikor lefutott a szauna beállított programja, a beépített lift automatikusan leengedi a használót, a kezelő személy pedig kiengedi Öt a kabinból.

A kezelő, a kezelés egész időtartama alatt jelen van és minden esetben tájékoztatja a használót a szaunázás menetéről, veszélyeiről!

Krioszauna használatának ellenjavallatai:

- Láz
- Dekompenzált szív- és érrendszeri betegségek
- Akut szívmegállás és az infarktus utáni rehabilitációs időszak
- Agyi vérkeringési zavar (Stroke)
- Magas vérnyomás II. stádiuma (RR>180/100 Hgmm)
- Szívelégtelenség II. stádiuma
- Kedvezőtlen prognózisú szívritmus- és ingerületvezetési zavarok
- TBC aktív stádiuma
- Rosszindulatú daganatok
- Kóros vérzékenység
- Hisztériás neurózis
- Egyéni hidegintolerancia
- Terhesség
- 10 év alatti életkor

Kérjük kedves vendégeinket, hogy a fentieket mérlegeljék, és csak abban az esetben használják a szaunát, ha az ellenjavallatok közül az Önök esetében, egyik sem áll fenn!

Ezen szabályok betartása mellett, biztonságosan használható a krioszauna!