

GEBRUIK SPA

ALGEMENE VEILIGHEIDSREGELS

Toegang tot de spa is verboden voor kinderen die niet vergezeld zijn van een verantwoordelijke volwassene.

Het gebruik ervan onder de 6 jaar wordt sterk afgeraden.

Niemand kan de spa alleen gebruiken (minimaal 2 personen).

Zwangere vrouwen, mensen met obesitas of met een medische geschiedenis van hart- en vaatziekten, lage of hoge bloeddruk, problemen met de bloedsomloop, diabetes, mogen de Spa niet gebruiken zonder medisch advies.

Gebruik de Spa niet als u een open wond hebt, een oogziekte heeft, u lijdt aan ernstige brandwonden (of zonnebrand) of als u een besmettelijke ziekte heeft.

Gebruik van geneesmiddelen, alcohol of bepaalde medicijnen (waaronder tranquilizers, anticoagulanten of antihistamines) voor of tijdens het gebruik van de Spa kan leiden tot verlies van bewustzijn of hartproblemen door hyperthermie.

Gebruik de Spa niet na grote inspanningen. Wacht 30 minuten voor het lichaam rust te geven.

Gebruik de Spa niet na een grote maaltijd. Wacht minstens 60 minuten voor de spijsvertering.

Niet in de spa rondlopen : de slipvrije vloer heeft zijn grenzen! Vermijd overtollig water op de vloer

REGELS HYGIENE

Het is absoluut noodzakelijk om **je schoenen bij de ingang uit te doen**, voordat je de kleedkamer aan je rechterkant gebruikt.

Geen eten, geen drankjes in de spa, behalve water (aanbevolen bij de sauna).

Neem een douche voordat u de jacuzzi gebruikt (niet nodig voor de sauna).

Breng geen room, olie of enig ander product in het bubbelbad .

Bescherm de banken en de sauna vloer van zweet met handdoeken.

Huisdieren zijn uiteraard niet toegestaan in de spa.

DUURTIJD

Gelieve de huurtijd te respecteren, zodat we de Spa kunnen voorbereiden voor de volgende.

SAUNA

In een infrarood sauna wordt het lichaam direct door de stralen verwarmd. Het is niet nodig om de sauna voor te verwarmen (slechts 5 minuten om de platen op te warmen). De lucht wordt niet bijzonder heet, maar u kunt de deur openen om eventueel te ventileren.

Het doel is om giftige stoffen te verwijderen door middel van zweten, maar het is ook nodig om te hydrateren (mineraalwater voor, tijdens en na). Het is ideaal om voortdurend te compenseren tegen uitdroging.

Opmerking: kraanwater is drinkbaar.

Neem een sessie van 15 tot maximaal 30 minuten.

Neem een warme (of koude) douche na de sauna om uw huid te reinigen en een paar minuten te ontspannen.

Raak de zenders niet aan.

Mors geen water of andere vloeistoffen in de sauna en gebruik geen natte handdoek.

Bediening: Raak de sauna start toets (rood) aan. Stel de stroom in naar uw wens (normaal gesproken 70%) met de pijl omhoog / omlaag. Start de verwarming met de toets rechtsboven. De verwarming stopt na 30 minuten, maar u kunt deze eerder uitschakelen. Schakel het plafondlicht in met de linker pijl. U kunt een muziekbron kiezen met de toets linksboven en gebruik dan de pijlen voor de instellingen. Als de sauna in de "Lock" modus staat, kunt u deze ontgrendelen door opnieuw op de starttoets te drukken.

JACUZZI (BUBBELBAD)

Pas op dat u niet uitglijdt bij het in en uit stappen van de jacuzzi. **Vermijd spatten op de vloer!**

In principe stellen we de temperatuur in tussen 33°C (als het zeer warm buiten is) en 35°C normaal.

In de praktijk is een temperatuur van 33°C meest ontspannend en kunt u voor een ruime tijd genieten.

Bij temperaturen boven 37°C, moet u opletten voor oververhitting, wat kan leiden tot slaperigheid, verlies van bewustzijn en verdrinking. Ga nooit boven de 40°C alleen voor korte sessies van 10 minuten. Met kinderen, de maximale temperatuur van 35°C niet overschrijden!

Bediening: druk op de knoppen **Jets 1**, **Jets 2** en **Blower** indien gewenst. De druk van de jets wordt geregeld door de grote zwarte knoppen op de randen van de jacuzzi. Sessies van 15 minuten.

Druk zo vaak op de knop **Light** als nodig om de gewenste kleur te verkrijgen.

De knop **Mode** mag niet worden gebruikt!

De temperatuurvariatie is erg traag. Stel de temperatuur niet zelf in met de pijl omhoog of omlaag, maar gelieve ons de gewenste temperatuur door te geven bij het boeken.

Let op: de jacuzzi kan ervoor zorgen dat u hoeft te urineren, laat de kinderen eerst naar het toilet gaan...