

Verhalten im Saunabad

- Auszug aus der Muster Haus- und Badeordnung -



Sehr geehrter Saunagast!

Herzlich Willkommen in unserer Sauna-Anlage.

Damit sich alle Gäste wohlfühlen und die positiven Gesundheitswirkungen des Saunabades genießen können, möchten wir Sie dringend um Beachtung der nachfolgenden Saunaregeln bitten. Bei den nachstehend genannten Regelungen handelt es sich um ausgewählte Festlegungen der Muster-Haus- und Badeordnung des Deutschen Sauna-Bundes:

1. Die Benutzung der Sauna und Schwitzräume ist nur unbekleidet gestattet. Deshalb legen wir großen Wert darauf, dass sich alle Saunagäste nach den bei uns gültigen Regeln von Sitte und Anstand verhalten. So sind sexuelle Handlungen und Darstellungen verboten. Bei ungebührlichem sexuellem Verhalten wird unverzüglich ein Hausverbot ausgesprochen.
2. Vor der Benutzung der Schwitzräume und der Wasserbecken muss gründlich geduscht werden.
3. Schwitzräume mit Holzbänken sind nur mit einem ausreichend großem Liegetuch zu benutzen. Die Holzteile dürfen nicht vom Schweiß verunreinigt werden. Badeschuhe sind vor den Schwitzräumen abzustellen.
4. Die Gastronomie darf nur mit einem Bademantel oder mit einem trockenen körperumhüllenden Badetuch besucht werden.
5. Ruheliegen dürfen nur mit einem Bademantel oder mit einer trockenen, körpergroßen Unterlage benutzt werden.
6. In der Saunaanlage ist telefonieren, fotografieren und filmen verboten. Elektronische Medien, mit denen man fotografieren und/oder filmen kann (z. B. Smartphone, Tablet, E-Book-Reader u. ä.) dürfen nur in ausgewiesenen Bereichen mitgenommen und benutzt werden.
7. Der Aufenthalt in den Schwitzräumen beträgt 8 – 12, maximal 15 Minuten. Die Benutzung der Schwitzräume kann 2 – 3 mal wiederholt werden. Anschließend kühlen Sie sich zuerst an der frischen Luft und danach unter den Kaltwasserduschen ab. Vor Benutzung des Kaltwasser-Tauchbeckens muss der Schweiß abgespült sein.
8. Zur weiteren Entspannung empfiehlt sich nach dem Aufenthalt in den Schwitzräumen der Besuch der Ruheräume. In den Ruheräumen müssen sich Saunagäste rücksichtsvoll und ruhig verhalten. In stillen, absoluten Ruheräumen sind Geräusche zu vermeiden.

Mit dem Erwerb der Eintrittskarte erkennt jeder Saunagast die Haus- und Badeordnung an.