

サウナ利用に関して

基本 薪代の代金としていただいています。 3300/1時間 薪サウナとなります。

利用時間の1時間前からサウナは温めます、途中から時間の変更の場合は、延長時間となりますので。お気を付けください。

例) 入る時間が遅くなったので、そこから、1時間というわけではありません。60℃以上は開始時刻となります。

ルール

やけど防止のため 薪は 適宜 追加いたします。 薪の追加は自分でなされないようにお願いします。

薪ストーブは、過熱しすぎ、ロウリュウのし過ぎは、機械が損傷します。

サウナに入る時間の目安は6分～12分程度が目安。初心者の方は、5分程でも大丈夫です。

自分のコンディションと相談しつつ、無理のない範囲で入りましょう。

水風呂も自己管理となります。急に飛び込むと、心臓にかなりの負担をかけます。ゆっくりと入ってください。

サウナは、乾燥室ではありません、濡れているものを持ち込むと温度が冷えます。乾かすためのものは入れないで下さい。

下記のことを確認し署名をお願いします。

1, 健康管理について、自己責任となります。各個人の判断になります、当方で責任は負いかねます。

事故はあくまで自己責任となります。無理のない使用をお願いします。

2, 飲酒について 飲酒してサウナに入ると危険です。飲酒してはご利用できません。

3, 食事後すぐは、立ちくらみや脱水症状など起こしやすいです。

4, 持病のある方、妊娠中の方、10歳以下の子供は、利用できません。

5, 水分補給 大量の汗をかきます。サウナを利用する前、休憩中、出た後は、十分な水分補給が必要です。

6, 署名名なき場合のご利用も、自己責任となります。

基本的に個室で同じグループで貸し切りの形になりますので、ご利用についてのルールは以上となります。

ご利用者の名前

年 月 日
