



SAUNA Y BAÑO TURCO

DE LUNES A DOMINGO DE 8:30 A 21:30 HORAS

- **Lunes, martes, jueves y viernes:**

- FEMENINO (SALAS A)
- MASCULINO (SALAS B)

- **Miércoles, sábados, domingos y festivos:**

- MIXTO (SALAS A y B)

TIEMPO MÁXIMO DE CADA SESIÓN: **2 HORAS**

NO SE PERMITE EL ACCESO A MENORES DE 18 AÑOS

IMPORTANTE:

1. Prohibido el uso de la sauna en caso de enfermedades cardiovasculares, hiper-hipotensión, angina de pecho, ritmo cardíaco anormal, insuficiencia respiratoria o cardíaca, infarto de miocardio reciente, estenosis aórtica grave, embarazo, diabetes. Ninguna persona afectada por enfermedades contagiosas de transmisión hídrica o dérmica podrá acceder al espacio de sauna y baño turco.
2. Se prohíbe comer, beber y fumar, así como utilizar objetos o envases de vidrio o cristal en todo el recinto de vestuarios, piscinas y espacio de sauna y baño turco.
3. Prohibida la ingestión de drogas o medicamentos durante la sesión de sauna. En el caso de medicamentos solo si lo tiene permitido por su médico. No tomar una sauna tras haber ingerido alcohol, ni una comida copiosa (mínimo 2 horas tras haber comido), ni en ayunas.
4. Prohibido el uso de teléfonos móviles dentro de la sauna, así como el uso de cámaras de fotos, cámaras de vídeo o cualquier otro método de grabación en todo el recinto.
5. No están permitidos el uso de lentillas ni de objetos metálicos en el interior de la sauna (gafas, anillos, pulseras, etc.), ni introducir periódicos, revistas, libros, papeles y similares en el interior de la sauna.