

N A T U R A L

MEIRASPA

R E T R E A T

Regras de utilização da Sauna

- A Sauna está interdito a menores de 18 anos, a não ser que acompanhado por um adulto
- A má utilização deste equipamento é da total responsabilidade do utilizador
- Não toque na parte superior da unidade de aquecimento
- Não coloque líquidos nem quaisquer objetos sobre a parte superior da unidade de aquecimento, pois pode provocar incêndio
- Se sentir náuseas, tonturas ou qualquer outro tipo de indisposição, não faça sauna
- Utilize sempre a colher para colocar água sobre as pedras e nunca o balde
- Mantenha-se afastado do vapor enquanto colocar água sobre as pedras
- Tome sempre um duche antes de iniciar a sauna
- Leve consigo uma toalha para sentar-se sobre a mesma
- Não aconselhamos a exceder os 15 minutos de utilização
- Faça intervalo de 10 minutos, refrescando-se com um duche frio ou relaxe por momentos
- Termine a sua sessão com um duche frio
- Capacidade máxima: 2 pessoas
- Temperatura aconselhável: 80°C
- Agradecemos que, ao utilizarem o equipamento, o façam com consciência e respeito pelo bom funcionamento do mesmo

Desfrute da Sauna com segurança!