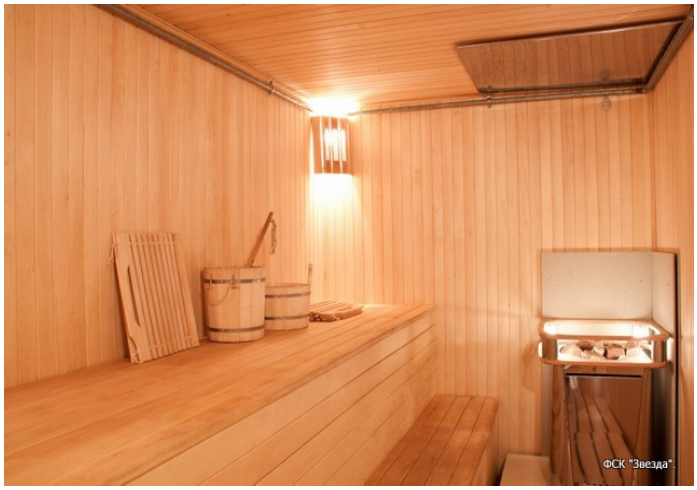
САУНА В ФСК «ЗВЕЗДА»



В физкультурно-спортивном комплексе «Звезда» работает сауна сухого жара с контрастной купелью размером 2,0*2,2 м. и глубиной 1,4м. и с собственной уютной комнатой отдыха, оборудованной всем необходимым (телевизор, холодильник, диван). Здесь можно поправить свое здоровье, расслабиться и восстановить утраченные после тяжелых тренировок силы. В сауне поддерживается определенный температурный промежуток, влажность регулируется путем подливания воды на раскаленные камни. Вода может использоваться с природными ароматизаторами. После длительного пребывания в парилке, принято обливаться холодной водой и кратковременно погружаться в ледяную воду. Процедура резкого охлаждения, благотворно влияет на весь организм в целом, сауна это замечательное место отдыха с огромнейшей историей, которая корнями уходит в старину, и поражает своей уникальностью.

Сауну рекомендуется посещать в качестве оздоровительного и профилактического средства для восстановления работоспособности после значительных физических и психологических нагрузок, для профилактики простудных заболеваний и общего укрепления иммунной системы, а также для лечения начальных стадий многих заболеваний нервной системы.

ПЕРЕД ПОСЕЩЕНИЕМ САУНЫ, РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ

Парилка сауны отделана липой. Липа является природным материалом, который сам по себе имеет лечебные свойства. В условиях повышенной температуры и влажности эффективное воздействие древесины улучшается. В отличие от других пород дерева липа практически не выделяет смолу, корая может стать причиной ожогов, о чем предупреждает инструкция по технике безопасности. Это дерево относится к медоносам, что значительно улучшает целебные свойства этого дерева.

Стоимость посещения: для групп из 6 человек – 800 р./час. Свыше 6 человек - доплата 100 р. за каждого посетителя. При оплате за четыре часа - пятый час бесплатно. Заказ сауны по телефону: 8915-609-20-30; 5-16-08 или непосредственно у дежурного администратора.

При посещении сауны просим Вас соблюдать общепринятые меры предосторожности:

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- накрывать печь возгораемыми материалами;
- накрывать терморегулятор;
- допускать попадание воды на контактные стержни ТЭНов;
- использовать веники;
- сидеть на деревянном покрытии без полотенца или специальной салфетки;
- пользоваться моющими средствами в стекле;
- входить в парное отделение в обуви, купальном костюме;
- вносить в парное отделение посторонние предметы;
- распивать спиртные напитки;
- курить в помещении сауны;
- использовать парильню в качестве сушилки для одежды;
- оставлять без присмотра детей и инвалидов;
- оставаться в сауне более отведенного времени;
- поливать на камни больше 100 мл воды!

Rybnoe.Net
информационный партнер
vk.com/tp_rybnoe