HOTEL CONDESA MALLORCA

REGELN UND EMPFEHLUNGEN FÜR DIE SAUNANUTZUNG

Diese Einrichtungen dienen der Nutzung und dem Vergnügen der Hotelgäste.
Wir hoffen, dass Sie alles nach Ihrem Geschmack vorfinden. Zögern Sie nicht, sich im Bedarfsfall oder bei Zwischenfällen an die Hotelrezeption zu wenden.

VORTEILE	KONTRAINDIKATIONEN
✓ Eliminiert Giftstoffe und erhöht die Abwehrkräfte. Öffnet die Poren und entfernt Schwermetalle aus dem Körper. Schwämmt Alkohol, Nikotin, Natrium, Schwefelsäure aus dem Körper und bekämpft Cholesterin. ✓ Saunieren setzt Endorphine frei und hilft, Schlaflosigkeit und Stress zu bekämpfen. ✓ Verbessert die kardiovaskuläre Funktion, erweitert die Blutgefäße. ✓ Hilft bei der Verbesserung der Atmung.	✓ Niedriger Blutdruck ✓ Hoher Blutdruck ✓ Nervöse Störungen ✓ Kardiovaskuläre Erkrankungen ✓ Schwangere Frauen ✓ Chronischer Rheumatismus

ÖFFNUNGSZEITEN: 11:00 – 19:00

- Maximale Kapazität 5 **Personen**.
- Die Benutzung der Sauna ist für Personen **unter 16** Jahren nicht gestattet.
- Rauchen und Essen in der Sauna verboten.
- Aus Hygienegründen ist es **obligatorisch** ein **persönliches Handtuch** zu nutzen, um eine mögliche Ansteckung zu vermeiden.
- Badebekleidung und Badeschuhe sind beim Verlassen der Sauna und vor dem Betreten der Duschen erforderlich.
- Bleiben sie maximal 15 Minuten in der Sauna und nehmen Sie zwischen den Saunagängen eine warme oder kalte Dusche.
- Es wird empfohlen, zwischen den Saunagängen aufgrund des Flüssigkeitsverlustes durch die Hitze in der Sauna ausreichend zu trinken.
- **Bei Erstickungsgefühl oder Schwindel unterbrechen Sie den Saunagang!**

Die Nichteinhaltung der oben genannten Regeln könnte dem Gast die Nutzung dieser Einrichtungen vorenthalten.