

Приложение № 21
к Публичной оферте
о заключении Договора на оказание спортивно-оздоровительных
(физкультурно-оздоровительных) услуг в спортивном сооружении МСК
«Академия биатлона» КГАУ «РЦСС», утвержденной
Приказом Директора КГАУ «РЦСС»
№ 377/24/24 от «17» сентября 2024г.

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СОЛЯНОЙ КОМАНТЫ (ГАЛОТЕРАПИЯ)

1. Настоящие правила определяют правила посещения «Соляной комнаты» и устанавливают правила техники безопасности и рекомендаций при её использовании.
2. «Соляная комната» входит в состав СПОРТКОМПЛЕКСА и располагается в кабинете №56 1-ый (первый) этаж основного здания МСК «Академия биатлона» КГАУ «РЦСС».
3. Посещение «Соляной комнаты» является для посетителей делом сугубо добровольным и все риски, связанные с её посещением, посетитель берет на себя. Услуги предоставляются лицам, не имеющим медицинских противопоказаний. Взрослые, сопровождающие детей (группы детей, школьников, студентов, спортсменов) несут полную ответственность за свою жизнь и здоровье, и за жизнь и здоровье сопровождаемых ими при посещении «Соляной комнаты».
4. **Настоящие правила обязательны к выполнению всеми посетителями.** Посетители обязаны ознакомиться с настоящими правилами до пользования услугами «Соляной комнаты». Оплата услуг является согласием клиента с настоящими правилами. Взрослые, сопровождающие детей (группы детей, школьников, студентов, спортсменов) несут ответственность за соблюдение ими настоящих правил.
5. Настоящие правила посещения «Соляной комнаты» размещаются в уголке потребителя на стойке службы информирования СПОРТКОМПЛЕКСА, а также на официальном сайте <http://rcsskrsk.ru/documents>.
6. Стоимость услуг определены тарифами, действующими на момент оказания услуг. Стоимость услуг в период проведения специальных акций ограничена временем проведения акции. Тарифы размещены на официальном сайте <http://rcsskrsk.ru/documents>, также ознакомиться с действующим тарифом можно на стойке службы информирования (2 этаж основного здания СПОРТКОМПЛЕКСА). Пользование услугами «Соляной комнаты» возможно только после внесения их оплаты.
7. Посещение «Соляной комнаты» возможно только по предварительной записи. Посещение без предварительной записи также возможно, но **только при наличии свободных мест.**
8. Курс оздоровления состоит в среднем из 10-20 сеансов, которые требуется проходить ежедневно, либо через день. Сеанс начинается каждый час, а продолжительность составляет примерно 30 минут для детей и 40 - 45 минут для взрослых.
9. Беременные и люди с хроническими заболеваниями должны посещать «Соляную комнату» только после обязательной консультации врача.
10. В случае обострения заболевания посетителю необходимо срочно обратиться к врачу.
11. **Перед началом курса необходимо получить консультацию врача, чтобы определить текущее состояние здоровья, исключить возможные противопоказания, установить длительность курса.**
Возможные курсовые рекомендации:
 - 11.1.10 **посещений** – профилактика:
 - для здоровых людей;
 - спортсменов, желающих улучшить свои физические показатели;
 - тех, кто болеет простудными заболеваниями до 3-х раз в год;
 - 11.2.15 **посещений** – укрепление иммунитета:
 - частые простуды, затяжные болезни;
 - синдром хронической усталости;
 - вегето-сосудистая дистония;
 - 11.3.20 **посещений** – бронхиты:
 - без обструкции и без астматического компонента;
 - тонзиллит, ринит, синусит, трахеит (не хронические формы);
 - 11.4.25 **посещений** – хронические формы:
 - тонзиллит, ринит, синусит;
 - трахеит, астма (на фоне аллергии, бронхиальная);

11.5.30 посещений:

- атопический дерматит (или нейродермит);
- аллергии;
- гайморит;
- аденоит.

12. Приходить на сеанс необходимо за **10-15 минут до его начала**. Опоздавшие к сеансу не допускаются: в «Соляной комнате» автоматически поддерживается необходимая концентрация солевого аэрозоля в воздухе, поэтому дверь помещения должна быть плотно закрыта. В данном случае сеанс считается пропущенным по вине клиента, стоимость посещения не возвращается.

13. Если посетитель опаздывает на сеанс, то он обязан уведомить администрацию (тел. (391) 263-88-10) как минимум за 1 (один) час до начала сеанса, для согласования переноса на ближайшее свободное время.

14. Если посетитель заключил договор на посещение Соляной комнаты, то пропускать сеансы без уважительной причины не допустимо. Необходимо за 1 (один) день предупредить администрацию о необходимости переноса сеанса на другое время/дату.

15. Дети до 14 лет могут посещать «Соляную комнату» только в сопровождении взрослых.

16. Взрослые, сопровождающие детей, обязаны:

- 16.1. обеспечить выполнение детьми настоящих правил;
- 16.2. следить за поведением детей во время сеанса (не разрешать прыгать, бегать, кидаться солью или иными предметами, игрушкам, трогать солевое нанесение на стенах, брать соляные куски с полки, пола);
- 16.3. следить, чтобы в рот и глаза ребенку не попадали частицы соли, после сеанса необходимо помыть ребенку лицо и руки.

17. Посетители обязаны соблюдать все указания сотрудников СПОРТКОМПЛЕКСА.

18. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОХОЖДЕНИЮ СЕАНСА ГАЛОТЕРАПИИ:

18.1. перед началом курса необходимо получить консультацию врача, чтобы определить текущее состояние здоровья и исключить возможные противопоказания;

18.2. за 10 часов до сеанса не принимать алкогольсодержащие напитки (в том числе слабоалкогольные напитки и пиво);

18.3. не курить за 2 часа до сеанса и 2 часа после его проведения;

18.4. посещать сеансы рекомендуется как минимум через 1 час после интенсивных физических нагрузок и еды;

18.5. перед и во время сеанса воздержаться от применения косметики и парфюмерии;

18.6. перед сеансом снять все украшения и удалить макияж (при наличии заболеваний кожных покровов это условие является обязательным к выполнению);

18.7. перед сеансом рекомендуется заранее посетить туалет, малыши на сеансе галотерапии должны быть в памперсе;

18.8. во время сеанса рекомендуется иметь при себе одноразовые носовые платочки;

18.9. важно дышать плавно и глубоко, полностью выдыхая: так в легкие поступит больше воздуха, обогащенного соляными частицами. Нежелательно засыпать: во сне дыхание меняется на поверхностное, процедура становится менее эффективной;

18.10. до истечения 3 (трёх) часов после завершения сеанса не принимать водные процедуры;

18.11. пить воду не раньше, чем через 20 минут после завершения сеанса.

19. Вход в Соляную комнату осуществляется:

19.1. в присутствии администратора и/или иного работника СПОРТКОМПЛЕКСА;

19.2. без верхней одежды (куртка, пальто и т.д.) и только в чистой удобной одежде, не сковывающей движения, предпочтительно в светлых оттенках;

19.3. только в сменной обуви (шлепанцах или сланцах) или в бахилах, надетых на носок; в отсутствии сменной обуви, в случае отказа от использования бахил услуги «Соляной комнаты» не оказываются, посетителю будет отказано в доступе, стоимость посещения не возвращается.

20. НЕ ДОПУСКАЮТСЯ:

20.1. люди в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения и с остаточным явлением такого опьянения;

20.2. беременные без предъявления справки от врача;

20.3. с выраженным запахом парфюмерии;

20.4. с явными признаками инфекционного заболевания, повышенной температурой тела и заболеваниями в острой стадии;

- 20.5. с телефонами и другой видео -, аудиотехникой;
- 20.6. без сменной обуви или бахил надетых на носок;
- 20.7. в верхней одежде;

21. ПОСЕТИТЕЛЯМ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- 21.1. проносить личные вещи в соляную комнату (сумки, хозяйственные пакеты, мобильные);
- 21.2. приносить с собой, а также употреблять во время сеанса еду и напитки (в том числе снеки);
- 21.3. нарушать тишину, мешать другим посетителям;
- 21.4. трогать, ковырять, лизать соляное покрытие пола и стен, в том числе опираться на стены;
- 21.5. тереть глаза руками;
- 21.6. как-либо переносить, переставлять шезлонги/кресла в «Соляной комнате» (обратитесь к администратору);
- 21.7. не вставать и не забираться с ногами на шезлонги/кресла;
- 21.8. отряхивать и высыпать соль из сменной обуви/бахил в «Соляной комнате» (это можно делать только на коврики, расположенным на выходе);
- 21.9. в течение сеанса нельзя входить в «Соляную комнату» и выходить из нее, за исключением экстренных случаев.

22. Во избежание конфликтных ситуаций и сохранения общественного порядка в помещениях здания, в том числе 1-го этажа ведется видеонаблюдение.

23. Противопоказания к посещению:

- клаустрофобия;
- острые воспалительные процессы (любые воспаления, инфекции, повышенная температура);
- онкопатология (особенно злокачественная);
- гипертония;
- бронхиальная астма в стадии обострения;
- туберкулез легких;
- эмфизема, пневмосклероз;
- склонность к кровотечениям, заболевания крови;
- наличие гнойников, кровоточащих ран и язв;
- заболевания почек;
- психические заболевания;
- любые формы тяжелой зависимости (алкоголизм, наркомания);
- заболевания передающиеся половым путем;
- метаболические нарушения;
- непереносимость галоаэрозоля.