

**UCHWAŁA NR XXXVI/326/2023  
RADY MIEJSKIEJ W KAŁUSZYNIE**

z dnia 21 lutego 2023 r.

**w sprawie uchwalenia „Regulaminu korzystania z sauny Ziąbek nad Zalewem Karczunek w Kałuszynie”  
oraz ustalenia opłat za korzystanie z sauny.**

Na podstawie art. 40 ust. 2 pkt 4, art. 41 ust. 1 i art. 42 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz.U. z 2023 r. poz. 40) oraz art. 4 ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 20 grudnia 1996 r. o gospodarce komunalnej (Dz. U. z 2021 r. poz. 679) Rada Miejska w Kałuszynie uchwala, co następuje:

**§ 1.**

1. Uchwala się „Regulamin korzystania z sauny Ziąbek nad Zalewem Karczunek w Kałuszynie” w brzmieniu stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

**§ 2.**

1. Ustala się następujące opłaty za korzystanie z obiektu o którym mowa w § 1 pkt 1:

- a) GRUPA5 w wysokości 100 zł – dla osób od jednej do pięciu za 90 minut,
- b) GRUPA10 w wysokości 150 zł – dla osób od sześciu do dziesięciu za 90 minut.

2. Pobór opłat o których mowa w §2 ust. 1 dokonywany będzie automatycznie poprzez system płatności online.

**§ 3.**

Wykonanie uchwały powierza się Burmistrzowi Kałuszyna.

**§ 4.**

Uchwała wchodzi w życie po upływie 14 dni od dnia ogłoszenia w Dzienniku Urzędowym Województwa Mazowieckiego.

Przewodniczący Rady  
Miejskiej

**Bogusław Michalczyk**

## **Regulamin korzystania z sauny Ziąbek nad Zalewem Karczunek w Kałuszynie.**

### **Część ogólna**

1. Sauna jest ogólnodostępnym obiektem zarządzanym przez Gminę Kałuszyn.
2. Sauna jest czynna we wtorki od 16:30 do 21:00, w środy i w czwartki do czwartku w godz. 18:00-21:00, w piątki w godz. 18:00-22:30, w soboty w godz. 12:00-22:30 oraz w niedziele w godz. 09:00-21:00.
3. Sauna jest sauną suchą typu fińskiego z temperaturą maksymalną do 1050C oraz wilgotnością względną 10–15 %.
4. Sauna składa się z jednej kabiny o pojemności maksymalnej do 10 osób oraz części wypoczynkowej i toaletowej.
5. W pomieszczeniach sauny obowiązuje zakaz:
  - korzystania z urządzeń niezgodnie z ich przeznaczeniem w tym wylewania jakichkolwiek płynów w kabinie,
  - manipulowania przy piecach i innych zainstalowanych w saunie urządzeniach,
6. Wstęp do sauny odbywa się na podstawie wcześniejszej rezerwacji w systemie internetowym za pośrednictwem strony [zalewkarczunek.asysto.pl](http://zalewkarczunek.asysto.pl).

### **Zasady korzystania**

1. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z kąpeli w saunie tylko pod opieką rodziców lub opiekunów prawnych i tylko na ich odpowiedzialność.
2. Z obiektu nie mogą korzystać osoby:
  - których stan wskazuje na spożycie alkoholu lub działanie środków odurzających,
  - z przeciwwskazaniami medycznymi,
  - zachowujące się w sposób zagrażający innym osobom.
3. Osoby korzystające z sauny powinny posiadać ręcznik do wycierania ciała i ręcznik do położenia na siedzisko lub owinięcia tułowia, mydło oraz klapki na nogi.
4. Przed wejściem do sauny należy:
  - umyć całe ciało mydłem również w celu zmycia z ciała wszelkich kosmetyków i osuszyć dokładnie ręcznikiem,
  - zdjąć biżuterię oraz wszystkie inne przedmioty metalowe,
  - zdjąć stroje kąpielowe z dodatkiem środków syntetycznych i sztucznych oraz klapki.
5. Z kąpeli w saunie należy korzystać w pozycji siedzącej lub leżąc. Na ławy w kabinach wchodzić można tylko gołą stopą.
6. Zaleca się stosowanie cyklu pobytowego w kabinie polegającego na nagrzewaniu i krótkim schłodzeniu ciała np. 2-3 razy po 10-15 minut. Maksymalnie ok. 30 minut dziennie.
7. Z sauny nie powinny korzystać osoby z następującymi schorzeniami:
  - choroby zakaźne, przeziębienie i gruźlica,
  - choroby przebiegające z ostrym stanem gorączkowym,
  - choroby nerek, wątroby i nowotworowe,

- niektóre choroby krwi i układu krwiotwórczego,
- padaczka, stany psychiatryczne,
- choroby układu krążenia w tym szczególnie choroby serca,
- schorzenia naczyń krwionośnych, stany po wylewach i udarach,
- jaskra.

8. Nie jest zalecane korzystanie z sauny przez kobiety w ciąży.

9. Korzystanie z sauny wskazane jest w wielu zespołach chorobowych, m.in.:

- astma oskrzelowa, nieżyty oskrzeli i górnych dróg oddechowych,
- choroby zwyrodnieniowe stawów i kręgosłupa, gościec,
- stany pourazowe kości i stawów, stany po zapaleniach stawów, mięśni i więzadeł,
- niektóre choroby neurologiczne jak zespoły korzonkowe, dyskopatie, neurastenie,
- niektóre stany zapalne skóry jak nawrotowe ropne zapalenia skóry, choroby świądowe,
- zaburzenia czynnościowe układu trawiennego z objawami skurczowymi, choroby wrzodowe w okresie remisji.

10. Korzystanie z sauny odbywa się na własne ryzyko i odpowiedzialność. Ocenę stanu zdrowia i możliwości korzystania z sauny powinien przeprowadzić lekarz.

11. W przypadku wystąpienia niekorzystnych zmian samopoczucia, osoba korzystająca z sauny powinna przerwać pobyt.



## DOKUMENT PODPISANY ELEKTRONICZNIE

### Dane podpisywanego dokumentu

Typ dokumentu	Uchwała
Numer dokumentu	XXXVI/326/2023
Data dokumentu	2023-02-21
Organ wydający	Rada Miejska w Kałuszynie
Przedmiot regulacji	w sprawie uchwalenia „Regulaminu korzystania z sauny Ziąbek nad Zalewem Karczunek w Kałuszynie” oraz ustalenia opłat za korzystanie z sauny.
Identyfikator dokumentu	E68A764C-65BD-49CC-ADC3-9F4AD0365889

### Informacje o złożonych podpisach elektronicznych

<b>Podpis:</b>	
Sygnatura	Signature-690845888
Numer seryjny	5D7566B4DF6DC0F16427E29E410F37D592550C77
Osoba podpisująca	Bogusław Michalczyk
Instytucja	Gmina Kałuszyn
Kraj	PL
Data złożenia podpisu	2023-02-21 09:55:00
Zakres podpisu	Cały dokument
Wystawca certyfikatu	VATPL-5260300517 COPE SZAFIR - Kwalifikowany Krajowa Izba Rozliczeniowa S.A. PL