

## Hausordnung der Sauna des Zentrums für Hochschulsport

Liebe Saunagäste,

damit alle von Ihnen Spaß und Erholung in unserer Sauna finden können, ist es unerlässlich, dass alle Besucherinnen und Besucher grundsätzliche Verhaltensregeln beachten. Für die Nutzung der Sauna sowie der anliegenden Räumlichkeiten gelten in Ergänzung zur allgemeinen Benutzungs- und Hausordnung die nachstehenden Regeln:

- I.1. Die Benutzung der Sauna erfolgt – auch bei Einhaltung aller Regeln – stets auf eigene Gefahr. Die Sauna darf nur in gesundem Zustand besucht werden. Bestehen Zweifel darüber, dass die gesundheitlichen Wirkungen der Sauna nicht vertragen werden, wird ein abklärender Arztbesuch ausdrücklich empfohlen. Die Beschäftigten des Zentrums für Hochschulsport treffen keine Entscheidungen über die Zutraglichkeit des Saunierens.
- I.2. Im gesamten Sauna- und Nassbereich ist der Verzehr von Speisen nicht gestattet. Getränke dürfen aus Sicherheitsgründen nur in Plastikflaschen/-becher mitgebracht werden.
- I.3. Die Anwendung und das Mitbringen von eigenen Aufgussmitteln und das selbständige Durchführen von Aufgüssen sind nicht gestattet.
- I.4. Jeglicher Schmuck sollte während des Saunaganges abgelegt werden.
- I.5. Der Schwitzraum darf aus Sicherheitsgründen nur ab mindestens 2 Personen benutzt werden.
- I.6. Im gesamten Sauna- und Nassbereich sind Badeschuhe zu tragen. Die Saunakabinen sind hiervon ausgenommen.
- I.7. Vor dem Saunieren muss ausgiebig mit Seife geduscht werden. Vor jedem Gang in das Tauchbecken muss ebenfalls gründlich geduscht werden.
- I.8. Die Saunakabine ist nur unbekleidet zu betreten, auch das Tragen von Badekleidung ist nicht gestattet. Ein selbst mitgebrachtes ausreichend großes Badehandtuch muss als Sitz- oder Liegefläche verwendet werden. Es ist darauf zu achten, dass kein Schweiß auf das Holz tropft.
- I.9. Im gesamten Sauna- und Nassbereich sind das Rasieren sowie Pediküre, Maniküre oder das Färben der Haare o. ä. aus hygienischen Gründen nicht gestattet.
- I.10. Das Aufhängen, Trocknen und/oder Ablegen von Handtüchern auf, neben oder in der Nähe des Saunaofens stellt eine erhebliche Brandgefahr dar und ist zu jeder Zeit strikt zu unterlassen. Zuwiderhandlungen führen zum sofortigen Ausschluss vom Saunangebot.
- I.11. Das Einreiben mit Honig und Salz ist im gesamten Saunabereich nicht gestattet.
- I.12. Das unbekleidete Verlassen des Nassbereichs sowie das unbekleidete Betreten des Ruheraums und der Außenterrasse sind strikt untersagt. Mindestens ein großes Handtuch oder ein Bademantel muss genutzt werden.
- I.13. Die Sauna ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Dementsprechend sind laute Gespräche sowie unnötiges Plätze wechseln zu unterlassen. Mit Rücksicht auf andere Nutzerinnen und Nutzer, ist die Sauna stets leise zu betreten und zu verlassen.
- I.14. In Zeiten hoher Auslastung sollte – aus Rücksicht auf die anderen Gäste – die sitzende Position statt der liegenden Position gewählt werden.
- I.15. Die Intimsphäre eines Jeden ist zu respektieren und zu wahren. Verunsichernde oder provozierende Blicke oder Äußerungen sind tabu.
- I.16. Im Interesse aller Nutzerinnen und Nutzer und zur Ermöglichung einer größtmöglichen Entspannung sind Gespräche im Ruheraum einzustellen.
- I.17. Das Reservieren von Liegen durch Handtücher und Taschen ist nicht gestattet.
- I.18. Die Ruheliegen müssen immer durch ein ausreichend großes Handtuch geschützt werden.
- I.19. Die Saunaliegen sind nach der Benutzung wieder an den dafür vorgesehen Ort zurück zu stellen.
- I.20. Im gesamten Sauna-, Ruhe- und Nassbereich sind Handys und Kameras sowie das Fotografieren und Filmen grundsätzlich untersagt. Zuwiderhandlungen führen zur Strafanzeige und zum sofortigen Hausverbot.