

# SAUNAORDNUNG

➤ HINWEISE ZUR BENUTZUNG DER SAUNA IM STADTBAD CHEMNITZ



	Seite
<b>Deutsch</b>	<b>3 - 4</b>
<b>Französisch</b>	<b>5 - 6</b>
<b>Englisch</b>	<b>7 - 8</b>
<b>Russisch</b>	<b>9 - 10</b>
<b>Tschechisch</b>	<b>11 - 12</b>
<b>Persisch</b>	<b>13 - 14</b>
<b>Arabisch</b>	<b>15 - 16</b>
<b>Urdu</b>	<b>17 - 18</b>

### Sehr geehrte Saunagäste,

**mit Verweis auf die Haus- und Badeordnung dienen die nachfolgenden Regelungen der Sicherheit, Ordnung und dem Wohlbefinden aller Gäste während des Saunabesuches. Daher bitten wir alle Saunanutzer um Berücksichtigung und Einhaltung der nachfolgenden verbindlichen Regelungen.**

1. Kinder unter 14 Jahren ist der Zutritt der Sauna nur in Begleitung einer volljährigen Person gestattet, welcher gleichzeitig die Aufsichtspflicht obliegt. Kinder beiderlei Geschlechts können ab dem dritten Lebensjahr bis zum Alter von 7 Jahren an allen Saunatagen mitgebracht werden.
2. Die Gäste haben alles zu unterlassen, was den guten Sitten und der Aufrechterhaltung von Sicherheit, Ruhe und Ordnung in der Sauna zuwiderläuft.
3. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sauna üben das Hausrecht aus. Daher ist den Anweisungen des Personals Folge zu leisten. Besucher, die gegen diese Benutzungshinweise verstoßen, können des Hauses verwiesen werden. Das Eintrittsgeld wird in diesen Fällen nicht rückerstattet.
4. Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen sollten durch vorherige ärztliche Rückfrage klären, ob Sie für das Saunabaden geeignet sind.
5. Die Benutzung der Sauna ist nur nach vorangegangener gründlicher Körperreinigung in den Duschräumen erlaubt. Das Tönen oder Färben der Haare ist nicht gestattet.
6. Der gesamte Saunabereich gilt als textilfreie Zone und darf nur ohne Badebekleidung betreten werden.

7. Bei Benutzung der Schwitzkabinen ist zu beachten, dass die hohen Temperaturen (ca. 40°C am Boden und bis 100°C an der Decke) für diese Räume charakteristisch sind. Entsprechende Vorsicht ist geboten. Das Berühren der Saunaöfen und Dampfaustrittsöffnungen ist daher untersagt.

8. Saunaaufgüsse erfolgen, soweit keine automatischen Einrichtungen vorhanden sind, in regelmäßigen zeitlichen Abständen ausschließlich durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sauna. Die Durchführung von Aufgüssen durch Besucher sowie die Verwendung von selbst mitgebrachten Aufgusszusätzen sowie das Ablegen von Gegenständen jeder Art auf den Saunaöfen ist strikt verboten.

9. Aus hygienischen Gründen ist vor Benutzung der Holzbänke in den Schwitzkabinen immer ein ausreichend großes Handtuch unter zulegen. Es gilt der Grundsatz: Kein Schweiß auf das Holz! Die Verwendung von Massagebürsten ist nicht gestattet.

10. Bitte nehmen Sie, insbesondere in den Schwitzkabinen und Ruheräumen, Rücksicht auf das Ruhebedürfnis anderer Saunabesucher. Das Reservieren von Ruheliegen, Bänken und Stühlen ist nicht gestattet.

11. Nach dem Saunagang in der Schwitzkabine darf das Tauch- bzw. Entspannungsbecken erst nach dem Abduschen des Körpers vom Schweiß betreten werden. Das Hineinspringen in das Tauch- bzw. Entspannungsbecken ist untersagt.

12. Die Fußwärmebecken dienen der Erwärmung der Füße und Anregung des Kreislaufs. Die Benutzung dieser Becken zur Reinigung der Füße ist untersagt.

13. Essen und Trinken ist nur in den dafür vorgesehenen Räumen zulässig. Bitte beachten Sie, dass es nicht erlaubt ist, Behältnisse aus Glas, Keramik oder Porzellan in die Sauna einzubringen.

14. Wir bitten Sie, das Rauchverbot im gesamten Gebäude des Stadtbades einzuhalten.

15. Für besondere Angebote (z. B. Baby- oder Kleinkinderschwimmen) gelten besondere Zutrittsvoraussetzungen und Öffnungszeiten.

16. In allen Räumen der Sauna gilt Fotografier-Verbot. Mobiltelefone, Kameras oder Fotoapparate dürfen nicht in die textilfreien Bereiche mitgenommen werden. Fotografieren und Filmen von Personen ohne deren ausdrückliche Einwilligung ist aus rechtlichen Gründen im gesamten Gebäude nicht gestattet.

17. Beim Betreten des Saunagartens im Winter ist darauf zu achten, dass durch überfrierende Nässe Rutschgefahr besteht.

## INDICATIONS POUR L'UTILISATION DU SAUNA À LA PISCINE MUNICIPALE DE CHEMNITZ

Chers visiteurs du sauna,

En référence au règlement intérieur et relatif aux bains, les dispositions suivantes servent à la sécurité, à l'ordre et au bien-être de tous les visiteurs pendant le passage au sauna. C'est pourquoi nous demandons à tous les utilisateurs du sauna de prendre en compte et de respecter les dispositions obligatoires suivantes.

1. L'accès au sauna pour les enfants de moins de 14 ans n'est permis qu'en compagnie d'une personne majeure à laquelle il incombe également le devoir de surveillance. A partir de trois ans et jusqu'à l'âge de 7 ans, les enfants des deux sexes peuvent être emmenés tous les jours de sauna.

2. Les visiteurs doivent s'abstenir de tout acte allant à l'encontre des bonnes mœurs et du maintien de la sécurité, du calme et de l'ordre dans le sauna.

3. Les employé(e)s du sauna exercent le règlement intérieur. Il faut donc obtempérer aux consignes du personnel. Les visiteurs qui transgressent ces consignes peuvent être renvoyés de l'établissement. Dans ces cas, le prix d'entrée ne sera pas remboursé.

4. Les personnes avec des problèmes de santé devraient clarifier si elles sont aptes à utiliser le sauna par une demande préalable à un médecin.

5. L'utilisation du sauna est seulement autorisée après s'être bien lavé dans la salle de douches. La teinte ou la coloration des cheveux n'est pas autorisée.

6. Toute l'espace sauna est considéré comme zone naturiste et on ne peut y entrer que sans maillot de bain.

7. Lors de l'usage des cabines du sauna, il faut prendre en compte que les températures élevées (environ 40°C au sol et jusqu'à 100°C au plafond) sont caractéristiques de ces espaces. Une attention adéquate est requise. Il est donc interdit de toucher les poêles de sauna et les ouvertures de sortie de la vapeur.

8. Dans le sauna, les « aufguss » (pratique qui consiste à verser de l'eau sur les pierres chaudes et à brasser l'air) se font, pour autant qu'aucune installation automatique n'est disponible, exclusivement par les employé(e)s du sauna à des intervalles de temps réguliers. Il est strictement interdit aux visiteurs d'exécuter des aufguss, d'utiliser des ajouts pour les aufguss qu'ils auraient apportés eux-mêmes ou de déposer des objets de toute sorte sur les poêles du sauna.

9. Pour des raisons d'hygiène, il faut toujours mettre une serviette suffisamment grande sous soi avant l'utilisation des bancs en bois dans les cabines. On applique le principe qu'il n'y ait pas de sueur sur le bois ! L'utilisation de brosses de massage n'est pas autorisée.

10. Veuillez tenir compte, surtout dans les cabines et dans les salles de repos, du besoin de calme d'autres visiteurs du sauna. La réservation des fauteuils de relaxation, des bancs et des chaises n'est pas permise.

11. Après la séance de sauna dans la cabine, on ne peut entrer dans le bassin d'immersion ou de détente qu'après s'être douché entièrement pour enlever la sueur. Il est interdit de sauter dans le bassin d'immersion ou de détente.

12. Les bassins chauffe-pieds servent à réchauffer les pieds et à stimuler la circulation. L'utilisation de ces bassins pour le nettoyage des pieds est interdit.

13. La nourriture et les boissons sont seulement autorisées dans les espaces prévus à cet effet. Veuillez respecter l'interdiction d'emporter des récipients en verre, en céramique ou en porcelaine dans le sauna.

14. Nous vous prions de respecter l'interdiction de fumer dans tout le bâtiment de la piscine municipale.

15. Pour les offres spéciales (par ex. natation pour les nourrissons et les enfants en bas âge), des conditions d'accès et des horaires d'ouverture spéciaux sont appliqués.

16. L'interdiction de photographier s'applique dans tous les espaces du sauna. Les téléphones portables, caméras ou appareils photos ne peuvent pas être emmenés dans les espaces naturistes. Pour des raisons juridiques, il est interdit, dans tout le bâtiment, de photographier et de filmer des personnes sans leur consentement explicite.

17. Si on entre dans le jardin du sauna en hiver, il faut faire attention au risque de glissade dû au verglas.

## INFORMATION REGARDING USE OF THE SAUNA AT STADTBAD CHEMNITZ

Dear Sauna Guests,

With reference to the house and bathing regulations, the following regulations serve to ensure safety, order and the wellbeing of all guests during use of the sauna. We therefore request that all sauna users note and observe the following binding regulations.

1. Children below the age of 14 are only allowed to enter the sauna where accompanied by an adult, which is also responsible for supervising the child. Children of both sexes may be brought to all sauna days between the ages of three and seven.

2. Guests are to refrain from all actions that infringe common decency and the maintaining of safety, quiet and order in the sauna.

3. The employees of the sauna are responsible for enforcing the house regulations. The instructions of the staff are therefore to be followed. Visitors who infringe these instructions may be barred from the establishment. In this case the price of admission will not be refunded.

4. Persons with health limitations should clarify with their doctor beforehand if a visit to the sauna is advisable.

5. Use of the sauna is only permitted following thorough cleaning of the body in the shower area beforehand. Dyeing or colouring of the hair is not permitted.

6. The entire sauna area is a textile-free zone and may only be entered without bathing wear.

7. With regard to use of the sweat cabins it should be noted that high temperatures (approx. 40°C at floor level and up to 100°C at the ceiling) are characteristic of these areas. Appropriate care should therefore be taken. Touching the sauna ovens and steam apertures is therefore prohibited.

8. Sauna infusions occur, where no automatic facility is in place, at regular intervals and are performed solely by the sauna staff. The performing of infusions by visitors and use of visitors' own infusion additives is strictly forbidden, as is the placing of objects of any kind on the sauna ovens.

9. For hygienic reasons a sufficiently large towel is always to be placed on the wooden benches of the sweat cabins prior to use. The rule is: No sweat on the wood! The use of massage brushes is not permitted.

10. Please be considerate of the requirements for peace and quiet of the other sauna visitors, particularly in the sweat cabins and quiet areas. The reserving of loungers, benches and chairs is not permitted.

11. After the sauna session in the sweat cabin the plunge or relaxation pool may only be entered after showering to remove sweat. Jumping into the plunge or relaxation pool is prohibited.

12. The foot-warming pool is intended to warm the feet and stimulate circulation. Use of this pool to clean the feet is prohibited.

13. Eating and drinking is only possible in the areas foreseen for this. Please note that it is not permitted to bring containers made of glass, ceramic or porcelain into the sauna.



14. Please observe the smoking ban throughout all buildings of the Stadtbad.

15. Special activities (such as swimming for babies or toddlers) are subject to special entry requirements and opening times.

16. Photography is prohibited in all areas of the sauna. Mobile phones or cameras may not be taken into the textile-free areas. For legal reasons, the photographing and filming of persons without their express permission is not permitted throughout the building.

17. When entering the sauna garden in winter it should be noted that a risk of slipping exists due to freezing moisture.

## ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ САУНОЙ В ГОРОДСКОМ БАССЕЙНЕ Г. ХЕМНИТЦ

Уважаемые посетители сауны,

наряду с правилами внутреннего распорядка бассейна приведенные ниже указания служат для обеспечения безопасности, поддержания порядка и комфортного пребывания всех гостей во время посещения сауны. В этой связи мы просим всех гостей принимать во внимание и соблюдать все указанные правила, которые являются обязательными для исполнения.

1. Детям до 14 лет вход в сауну разрешен только в сопровождении совершеннолетнего лица, которому одновременно вменяется обязанность по обеспечению надзора за ребенком. Детей, независимо от их пола, можно приводить с собой в любой день работы сауны, начиная с возраста от 3 до 7 лет.

2. Гостям не разрешается выполнять какие-либо действия, которые противоречат общепринятым моральным нормам, а также наносят ущерб безопасности и нарушают тишину и порядок в сауне.

3. Сотрудники сауны имеют право отдавать указания в целях реализации правил внутреннего распорядка. Поэтому все посетители обязаны выполнять распоряжения нашего персонала. Персонал может потребовать от посетителей, которые не выполняют настоящие указания, покинуть наше учреждение. В этом случае стоимость входного билета не возвращается.

4. Лицам, имеющим ограничения в связи со состоянием своего здоровья, следует проконсультироваться у своего лечащего врача на предмет возможности посещения сауны.

5. Посещать сауну разрешается только после предварительной и тщательной гигиены тела в душевых помещениях. Не

разрешается выполнять тонирование или окраску волос.

6. Вся зона сауны является местом, где запрещается находиться в какой-либо одежде, поэтому вход разрешен исключительно без какой-либо одежды для купания.

7. При посещении парилок следует обращать внимание на типичные для этих помещений высокие температуры (ок. 40°C на полу и до 100°C в зоне потолка). Поэтому при нахождении в парилках необходимо соблюдать соответствующую осторожность. Запрещается прикасаться к нагревателям сауны, а также к отверстиям выхода пара.

8. Если нет специального автоматического устройства, то подача ароматизаторов для сауны выполняется регулярно и исключительно персоналом сауны. Посетителям строго воспрещается самостоятельно использовать ароматизаторы, а также применять принесенные с собой ароматические добавки, равно как и размещать какие-либо предметы на нагревателях сауны.

9. По гигиеническим соображениям перед использованием деревянных скамеек в парилках необходимо подкладывать полотенце достаточного размера. Следует соблюдать основной принцип: Не допускать попадания пота на скамейки!

10. Запрещается использовать массажные щетки.

11. Просим Вас уважительно относиться к праву других посетителей сауны на отдых и тишину, в особенности, в парилках и комнатах для отдыха. Запрещается резервировать шезлонги, скамейки и стулья.

12. После пребывания в парилке в бассейн для ныряния и релаксации разрешается заходить только после принятия душа. Запрещается прыгать в бассейн для ныряния и релаксации.

13. Малый бассейн с теплой водой для ног служит для прогрева ног и активирует кровообращение. Не разрешается использовать этот бассейн для мытья ног.

14. Принимать пищу и напитки разрешается только в предусмотренных для этого помещениях. Обратите внимание на то, что запрещается приносить с собой в сауну какие-либо емкости из стекла, керамики или фарфора.

15. Мы просим Вас соблюдать запрет на курение, действующий во всем здании городского бассейна.

16. На наши другие предложения (например, плавание с грудными детьми или малышами) распространяются специальные условия для участия в таких курсах, а также действует другое время работы.

17. Фотосъемка запрещена во всех помещениях сауны. Запрещается брать с собой мобильные телефоны, камеры или фотоаппараты в зоны, где запрещено находиться в какой-либо одежде. В соответствии с правовыми нормами во всем здании запрещается выполнять фото- или видеосъемку каких-либо лиц без наличия их специального разрешения на это.

18. При выходе из сауны на приусадебный участок в зимнее время следует обращать внимание на существующую опасность подскользывания в связи с обледенением.

## POKYNY PRO POUŽITÍ SAUNY M STSKÉHO KRYTÉHO KOUPALIŠT M STA CHEMNITZ

**Vážení hosté naší sauny,**

**následující pravidla úzce souvisí s domovním ádem a ádem krytého koupališt a jejich úelem je zajistit bezpe nost, po ádek a p íjemný pobyt všech host b hem návšt vy sauny. Proto všechny návšt vníky sauny žádáme o to, aby brali ohled na následující závazná pravidla a dodrželi je.**

1. D tem mladším 14 let je p ístup do sauny povolen jen v doprovodu plnoleté osoby, která je zároveň povinna na n dohlížet. D ti obou pohlaví mohou ve v ku od 3 do 7 let navštívit saunu ve všechny dny, kdy je sauna v provozu.

2. Návšt vníci se musí vyvarovat všeho, co by mohlo porušit dobré mravy, anebo bezpe nost, klid a po ádek sauny.

3. Zam stnanci sauny jsou oprávn ní prosadit dodržení domovního ádu. Z toho d vodu se musí dbát jejich pokyn . Návšt vníci, kte í se proviní proti pokyn m pro uživatele, mohou být ze za ízení vykázáni. V takovém p ípad se nevrací peníze za vstupenku.

4. Osoby se zdravotními potížemi by se m ly p edem dotázat svého léka e, zda je pro n návšt va sauny vhodná.

5. Vstup do sauny je povolen teprve po p edchozím d kladném umytí celého t la v prostorách společ ných sprch. Tónování nebo barvení vlas není povoleno.

6. Pro veškeré prostory sauny platí vstup bez od vu, a proto se do nich m že vstoupit pouze bez plavek.

7. P í návšt v kabin sauny se musí dbát na to, že pro tyto prostory jsou typické vysoké teploty (cca. 40° C u podlahy a až

100° C u stropu). Proto žádáme o pat i nou opatrnost. Z toho d vodu je také zakázáno dotýkat se v saun kamen a otvor pro únik páry.

8. Zalévání kamen provádí v pravidelných asových odstupech výhradn zam stnanci sauny, pokud k tomu ú elu neexistuje žádné automatické za ízení. Provád ní zalévání kamen návšt vníky, používání vlastních p ínesených p ísad na zalévání kamen a taktéž odkládání p edm t jakéhokoliv druhu na kamna sauny je p ísn zakázáno.

9. Z hygienických d vod se p ed použitím d ev ných lavic v kabinách sauny na n nejprve musí položit dostate n velká osuška. Platí pravidlo: Vým šky potu nepat í na d evo!

Používání masážních kartá není povoleno.

10. Berte prosím ohled na klidový režim ostatních návšt vník sauny, p edevším v kabinách sauny a v místnostech ur ených pro odpo ínek. Rezervování lehátek, lavic a židlí není povoleno.

11. Po návšt v kabiny sauny se vodní láze m že použít teprve po osprchování celého t la od potu. Je zakázáno skákat do vodních lázní jakéhokoliv druhu.

12. Nádržky na vyh ívání nohou slouží pro vyh átí nohou a podporují krevní ob h. Je zakázáno používat tyto nádržky na íšt ní nohou.

13. Konzumace pokrm a nápoj je povolená jen v místnostech k tomu ur ených. Dbejte prosím na to, že není dovoleno nosit do sauny nádoby ze skla, keramiky anebo porcelánu.

14. Žádáme Vás o to, abyste dodrželi zákaz kou ení, platný v celé budov krytého koupališt .

مهمانان محترم سونا،

عطف به قوانین استخر مقررات زیر در راستای حفظ ایمنی، نظم و احساس آرامش همه مهمانان در طول استفاده از سونا تدوین شده‌اند. به همین دلیل از همه کسانی که از سونا استفاده می‌کنند، می‌خواهیم قوانین الزام‌آور زیر را لحاظ و آنها را رعایت نمایند.

۱. کودکان زیر ۱۴ سال فقط در صورت همراهی فردی بزرگسال که هم‌زمان مسئولیت نظارت وی را بر عهده دارد، مجاز به وارد شدن به محوطه سونا هستند. هم کودکان دختر و هم پسر اجازه دارند از سه سالگی تا ۷ سالگی در همه روزهای سونا همراه بزرگسالان به سونا بیایند.

۲. مهمانان باید در محوطه سونا از هرگونه رفتار غیر اخلاقی و مخل حفظ امنیت، آرامش و نظم پرهیز نمایند.

۳. کارکنان سونا مسئول اجرای قوانین مجتمع هستند. بنابراین باید به تذکرات پرسنل گوش بدهید. می‌توان مهمانانی را که برخلاف مقررات عمل می‌کنند، از مجتمع بیرون کرد. در این صورت

۴. افرادی که محدودیت‌های جسمی دارند باید از قبل از پزشک خود کسب اطلاع نمایند که آیا استفاده از سونا برای آنها مناسب هست یا خیر.

۵. استفاده از سونا فقط زمانی مجاز است که پیش از آن در محدوده دوش‌ها بدن خود را کاملاً شسته باشید. رنگ کردن موها مجاز نیست.

۶. تمام محوطه سونا، محدوده‌ای است که بدون داشتن هرگونه پارچه باید وارد شوید. این بدان معناست که صرفاً بدون لباس شنا می‌توانید به این محوطه بیایید.

۷. در صورت استفاده از کابین‌های سونای بخار توجه داشته باشید که دمای بسیار بالا (حدود ۴۰ درجه سانتی‌گراد در کف و تا ۱۰۰ درجه سانتی‌گراد در محدوده سقف) از ویژگی‌های این فضا است. لازم است برای وارد شدن به این فضا محتاطانه عمل کنید. از این رو دست زدن به اجاق‌های سونا و دریچه‌های خروج بخار ممنوع است.

۸. اگر تجهیزات خودکار در دسترس نباشد، ریختن مواد خوشبوکننده و آرامش‌بخش در سونا در بازه‌های زمانی معین فقط توسط کارکنان سونا انجام می‌شود. مهمانان اجازه ندارند خودشان این مواد را در سونا بریزند یا از آن چه که خود به همراه آورده‌اند، استفاده نمایند. همچنین قرار دادن هرگونه شیء در اجاق سونا اکیداً ممنوع است.

۹. برای حفظ بهداشت لازم است هنگام استفاده از نیمکت‌های چوبی سونای بخار همیشه حوله‌ای بزرگ که هم قد خودتان

15. U speciálních nabídek (např. plavání pro kojence nebo malé děti) platí pro vstup těchto osob speciální podmínky a otevírací doba.

16. V prostorách sauny platí zákaz fotografování. Mobilní telefony, kamery nebo fotoaparáty se nesmí nosit do prostor, kde platí zákaz obléčení. Fotografování a filmování osob bez jejich výslovného svolení je z právních důvodů zakázáno v celé budově.

17. Při vstupu do zahrady sauny v zimě se musí dbát na to, že by v případě náledí mohlo dojít k nebezpečí uklouznutí.

السيدات والسادة رواد الساونا المحترمين،

ان وضع الضوابط المذكورة ادناه تخدم السلامة والنظام وكذلك راحة الرواد اثناء اقامتهم في الساونا. لذلك نرجوا من كل الرواد الالتزام بالضوابط ومراعاة القواعد الملزمة المذكورة أدناه.

1. يسمح بدخول الساونا للأطفال الذين هم تحت سن الرابعة عشرة 14 عاما فقط، عندما يكونوا بمرافقة شخص بالغ، والذي يعتبر بنفس الوقت المسؤول عن الاشراف عليهم. بالامكان اصطحاب الاطفال من كلا الجنسين اعتبارا من عمر الثالثة لغاية عمر السابعة بكل ايام عمل الساونا.

2. على رواد الساونا الامتناع عن أي تصرف من شأنه ان يخالف الضوابط والاعراف الاخلاقية والنظام والسلامة والهدوء.

3. يمتلك موظفات وموظفوا الساونا حق صاحب المكان. لذلك يجب الالتزام بتعليماتهم وارشاداتهم. يحق اخراج الرواد الذين يخالفوا ضوابط وقواعد المكان. وبهذه الحالة لا يعاد ثمن تذكرة الدخول.

4. على الأشخاص الذين يعانون من بعض المشاكل الصحية، ان يوضحوا ذلك مع طبييهم مسبقا، فيما اذا كانوا قادرين صحيا على زيارة الساونا.

5. يسمح بدخول واستخدام الساونا فقط، بعد غسل كامل الجسم بالدوش. لايسمح بأصباغ الشعر.

6. يمكن ارتياد كامل مجال الساونا بدون اي ملابس ويسمح بدخوله فقط بدون ملابس السباحة.

7. عند استخدام ردهات التعرق عليكم الانتباه ومراعاة، ان درجات الحرارة (حوالي 40 درجة مئوية للأرضية ولغاية 100 درجة مئوية للسطح) وهي درجات حرارة طبيعية لمثل هذه الردهات. ولكن يطلب بكل الحالات التزام والحذر والانتباه. لذلك يمنع لمس موقد الساونا وكذلك فوهات البخار.

8. اذا لم تكن هناك امكانية اضافة ماء بشكل اوتوماتيكي في الساونا، فان ذلك يحصل وبشكل منتظم من قبل العاملين بالساونا. ان اضافة ماء من قبل الرواد أو جلب ماء خاص وكذلك وضع اي أشياء من قبلهم في فرن الساونا ممنوع بتاتا.

9. يجب وضع منشفة كبيرة عند الجلوس على المقاعد الخشبية بأماكن التعرق وبشكل دائم، لأسباب صحية. وهنا تنطبق قاعدة: يمنع التعرق على الخشب! لايجوز استخدام فرشاة التدليك.

10. يرجى منكم مراعاة حاجة الآخرين للهدوء والاسترخاء عند استخدامكم ردهات التعرق والراحة. يمنع حجز الكراسي والمقاعد أو اسرة الاسترخاء.

است، زير خود بيندازيد. اين قانون ابتدایی همیشه صدق می‌کند: عرق شما نباید روی چوب بچکد! استفاده از برس‌های ماساژ مجاز نیست.

۱۰. لطفاً به‌خصوص در کابین‌های سونای بخار و فضاهای ساکت، مراعات نیاز سایر مهمانان سونا برای حفظ سکوت و آرامش را بکنید. رزرو کردن تخت‌های محدوده سکوت، نیمکت‌ها و صندلی‌ها مجاز نیست.

۱۱. بعد از اینکه از سونای بخار استفاده کردید، فقط در صورتی می‌توانید وارد حوضچه‌ها شوید که قبل از آن عرق خود را زير دوش آب پاک کرده باشید. شیرجه زدن در حوضچه‌ها ممنوع است.

۱۲. حوضچه آب گرم برای پاها برای گرم کردن پاها و تحریک گردش خون در نظر گرفته شده است. استفاده از این حوضچه‌ها برای شستن پاها ممنوع است.

۱۳. خوردن و آشامیدن فقط در محیط‌هایی که برای این منظور در نظر گرفته شده‌اند، مجاز است. لطفاً توجه داشته باشید اجازه ندارید ظروف شیشه‌ای، سرامیکی یا چینی را با خود داخل سونا ببرید.

۱۴. خواهشمندیم به قانون ممنوعیت کشیدن سیگار در کل محوطه استخر توجه بفرمایید.

۱۵. برنامه‌های خاص (مانند شنای نوزادان و نوپایان) شرایط ورودی خاص و ساعت‌های کاری مشخصی دارند.

۱۶. گرفتن عکس در تمام محدوده سونا ممنوع است. اجازه ندارید با خود تلفن همراه، دوربین یا دستگاه‌های فیلم‌برداری به محدوده بدون لباس ببرید. به دلایل حقوقی عکس‌برداری و فیلم‌برداری از افراد بدون آنکه خودشان موکداً اجازه این کار را به شما داده باشند، در تمام مجتمع مجاز نیست.

۱۷. در صورت ورود به باغ سونا در زمستان باید توجه داشته باشید که به‌علت یخ زدن محوطه خطر لغزیدن و افتادن وجود دارد.



محترم سونا کے مہمانو،

اس گھر اور حمام کے قواعد و ضوابط کے حوالہ سے نیچے دیئے گئے اصول آپ مہمانو کی حفاظت، ترتیب اور فلاح کے لیے ہیں جو یہاں سونا یا سٹیم کے غسل کے لیے آتے ہیں۔ اس لیے ہماری تمام سونا کے مہمانو سے التماس ہے کہ وہ ان تمام اصولوں پر عمل کریں جن کا ذکر نیچے کیا جا رہا ہے۔

1- بچے جن کی عمریں 14 سال سے کم ہیں صرف ایک بالغ شخص کی ہمراہی میں سونا میں داخل ہو سکتے ہیں، ان بالغ اشخاص کو ان کی نگرانی کا کام بھی انجام دینا ہو گا۔ بچے جن کی عمریں تین سال سے 7 سال تک کی ہیں دونوں جنسیں لڑکے اور لڑکیاں اپنے ساتھ تمام سونا کے دنوں میں لائے جا سکتے ہیں۔

2- مہمانو کو ہر اس چیز سے پرہیز کرنا ہو گی جن کی وجہ سے سونا کی حفاظت، سکون اور ترتیب کو جاری رکھنے میں دقت پیدا ہو، چاہے وہ ان کی کوئی روایت ہی کیوں نہ ہو۔

3- سونا کے ملازمین مرد اور عورتیں ان قوانین کی پابندی کروانے کے ذمہوار ہیں۔ اس لیے آپ کو سروس عملہ کی ہدایات پر عمل کرنا ہو گا۔ زائرین، جو ان کی ہدایات پر عمل نہیں کریں گے، ان پر اس ہاؤس میں داخلہ پر پابندی لگائی جا

سکتی ہے۔ اس صورت میں انہیں داخلہ فیس واپس نہیں کی جائے گی۔

4- وہ اشخاص جنہیں کسی قسم کی کوئی بیماری ہے انہیں سونا لینے کے لیے اپنے ڈاکٹر سے پوچھنا ہو گا، کہ کیا سونا سے ان کی صحت متاثر ہو گی یا نہیں۔

5- سونا سے پہلے آپ کو اپنا جسم مکمل طور پر نہانے کی کمرہ میں صاف کرنا ہو گا۔ بالوں کو رنگ کرنا یا ٹون دینے کی یہاں اجازت نہیں ہے۔

6- سونا کے پورے علاقہ میں ٹیکسٹائل کے پہننے پر پابندی ہے اور اس لیے یہاں بغیر کپڑوں کے داخل ہونے کی اجازت ہے۔

7- پسیہ کبین کے استعمال کے لیے یہ 40° دھیان میں رکھنا ضروری ہے، کہ یہاں زیادہ سے زیادہ ٹمپریچر (زمین پر 100 سینٹی گریڈ) ہو نا چاہیے، جو ان کمروں کے لیے مخصوص ہے۔ اس کے سینٹی گریڈ اور چھت پر °لئے مناسب احتیاط کی ضرورت ہے۔

8- سونا کے ادخال کے لیے، ہماری اس عمارت میں کوئی آٹو میٹیک انتظام نہیں ہے، اس لیے ہمارا عملہ ریگولر کچھ وقت کے وقفہ سے اس سونا کے ادخال کی صفائی کا کام انجام دیتا ہے۔ اس لیے یہ کام انجام دینے کے لیے زائرین اپنے ساتھ لائے گئے کوئی اوزار یا اس قسم کی کوئی اور دوسری

11. بعد استخدام الساونا او ردهات التعرق يسمح باستخدام حوض الاسترخاء والغطس فقط بعد استحمام الجسم كاملا بالدوش. يمنع القفز بحوض الاسترخاء والغطس.

12. ان احواض تدفأة القدمين تخدم فقط تدفأة القدمين وتنشيط الدورة الدموية. يمنع استخدام هذه الاحواض لغرض غسل القدمين.

13. يسمح بتناول الطعام والشراب فقط بالاماكن المخصص لهذا الغرض.

14. يرجى منكم الالتزام بعدم التدخين الممنوع بكل بناية مسيح المدينة.

15. بما يتعلق بالعروض الخاصة (لسباحة الاطفال الرضع أو الصغار) تنطبق الشروط الخاصة للدخول و اوقات الدوام.

16. يمنع منعاً باتاً وبكل اماكن الساونا التصوير الفوتوغرافي. لا يحق اصطحاب الهواتف والكاميرات او اجهزة التقاط الافلام بالاماكن المخصصة بدون ملابس. ان تصوير اشخاص او أخذ مقاطع فيديو لهم بدون موافقتهم الصريحة ممنوع بشكل مطلق ولأسباب قانونية بكل اماكن الساونا.

17. عليكم عند دخول حديقة الساونا في الشتاء الانتباه لامكانية خطر الانزلاق بسبب الرطوبة.

13- کھانے پینے کی اجازت صرف مخصوص کمروں میں ہی ہے ، برائے مہربانی اس کا خیال رکھیں ، کہ شیشے یا چینی کے برتنوں میں سے کچھ نکال کر سونا میں نہیں لایا جائے گا ۔

14- ہماری آپ سے التماس ہے ، کہ اس پوری عمارت میں سیگریٹ نوشی کرنے پر پابندی ہے ، اس کو دھیان میں رکھا جائے گا ۔

15- خاص پیشکش کی صورت میں ( جیسے بے بی یا چھوٹے بچوں کو سیویمنگ کی صورت میں) اندر آنے کی شرائط اور اوپننگ کے اوقات مخصوص ہیں اور خاص طور پر الگ سے ہیں ۔

16- سونا کے تمام کمروں میں فوٹو گرافی کرنا منع ہے ۔ مو بائیل ٹیلیفون ، کیمرہ یا تصویریں کھینچنے والے آلات کو ان علاقوں میں لے جانا منع ہے جہاں ٹیکسٹائل کے بغیر جانے کے لیے کہا گیا ہے ۔ لوگوں کی تصاویر اور فلمیں بنانا ان کی خاص اجازت کے بغیر قانونی طور پر خاص طور منع ہے اور اس کی اس پوری عمارت میں پابندی کرنا ہو گی ۔

17- سردیوں میں سونا کے گارڈن میں داخلہ کے وقت اس بات کا خاص خیال رکھیں ، کہ ان زیادہ ٹھنڈی جگہوں کے گیلے پن کی وجہ سے وہاں پھسلنے کا خطرہ پایا جاتا ہے ۔

چیز جو ان ادخال کی صفائی کے لیے استعمال ہوتی ہوا سے یہاں خود سے سونا کے اوون کی صفائی کے لیے استعمال کرنے سے پرہیز کریں کیونکہ اس کی آپ کو اجازت نہیں ہے ۔

9- حفظان صحت کے مطابق ان پسینہ کین میں لکڑی کے بینچوں پر بیٹھنے کے لیے اپنے ساتھ ایک بڑا تو لیہ لانا ہو گا جسے آپ نیچے بچھا سکیں جہاں آپ کو بیٹھنا ہے ۔ یہاں بنیادی طور پر پابندی ہے : کہ پسینہ لکڑی پر نہیں لگنا چاہیے ۔ مساج کے لیے برش کے استعمال پر پابندی ہے ۔

10- برائے مہربانی ، پسینہ کینز اور آرام کرنے والے کمروں میں خاص طور پر سونا کے دوسرے زائرین کے آرام کی ضروریات پر دھیان دیں ۔ آرام کرنے کے لیے لیٹنے کی جگہوں ، بینچوں اور کرسیوں کی ریزرویشن نہیں کی جا سکتی ہے ۔

11- سونا لینے کے بعد پسینہ کین میں ڈائوننگ پول اور آرام کرنے کے پول میں اپنے جسم کو دھونے کے بعد یعنی پسینہ صاف کرنے کے بعد ہی داخل ہوا جا سکتا ہے ۔ ڈائوننگ پول یا آرامدہ پول میں چھلانگیں لگانے پر پابندی ہے ۔

12- پاؤں گرم کرنے کے بیسن پاؤں کو گرمی پہنچانے اور آپ کے خون کے سرکل کو تیز کرنے کے لیے ہیں ۔ ان بیسن کا استعمال پاؤں کی صفائی کے لیے نہیں کیا جا سکتا کیونکہ اس پر پابندی ہے ۔

# SCHUL- UND SPORTAMT

## Kontakt

Stadt Chemnitz  
Schul- und Sportamt  
Bahnhofstr. 53  
09111 Chemnitz

Tel.: 0371 488-5220  
Fax.: 0371 488-5298  
E-mail: [baeder@stadt-chemnitz.de](mailto:baeder@stadt-chemnitz.de)

## Impressum

**Herausgeber:** Stadt Chemnitz • Die Oberbürgermeisterin  
**Ansprechpartner:** Schul- und Sportamt  
**Foto:** Mee Ting - Fotolia.com  
**Gestaltung und Druck:** Heed Kreativbüro GmbH 06/2016