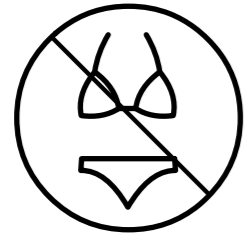


# UNSER SAUNA KNIGGE



## Textilfreie Zone

Das Tragen von Badebekleidung im Saunabereich und während der Benutzung aller Saunen und der Dampfbäder ist nicht gestattet.



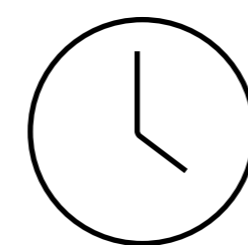
## Zurückhaltung in Begnungszonen

Beim Durchlaufen und Aufenthalt in der Meridian Lounge, den Begegnungszonen und Ruhebereichen ist ein Bademantel oder ein Saunatuch umzulegen, um die Intimzonen bedeckt zu halten.



## Kinder und Jugendliche

Unter 16 Jahren darf die Saunawelt nur in Begleitung Erwachsener betreten werden.



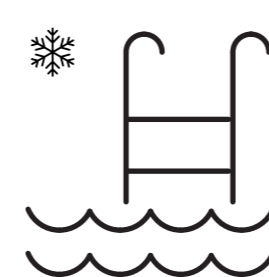
## Zeitlimits und Timing

8-15 Minuten Sauna. Nach dem Saunagang empfehlen wir einige Minuten an der frischen Luft auszukühlen und sich erst anschliessend abzduschen.



## Hygiene

Vor und nach dem Saunagang gründlich duschen und gut abtrocknen, um das Schwitzen zu fördern, die Durchblutung zu stimulieren und unangenehme Gerüche zu vermeiden.



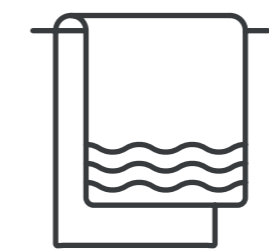
## Tauchbecken

Das Tauchbecken darf nur nach vorherigem gründlichem Abduschen und ohne Badeschuhe benutzt werden.



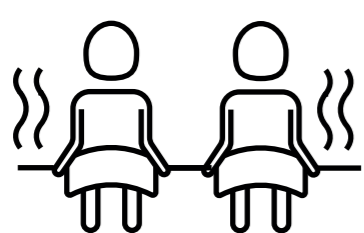
## Barfusszone

Sämtliche Saunen und Dampfbäder sind ohne Fussbekleidung zu betreten.



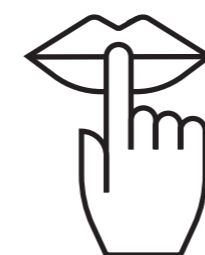
## Handtuch als Must-Have

In den Saunen ist aus hygienischen Gründen ein grosses Tuch als Ganzkörperunterlage obligatorisch (kein Schweiß aufs Holz).



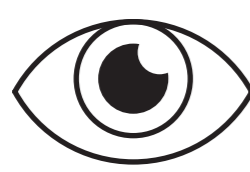
## Rücksichtnahme

Halten Sie angemessenen Abstand zu anderen Saunagästen.



## Respektvolle Ruhe

Die Saunawelt ist ein Ort der Erholung und Entspannung. Für Ihr eigenes Wohlbefinden und das der anderen Gäste bitten wir um Ruhe.



## Voyeurismus unerwünscht

Vermeiden Sie unangemessenen Blickkontakt wie z.B. das Anstarren anderer Personen, um das Wohlbefinden aller zu wahren.



## Erregung öffentlichen Ärgernisses

Intimitäten sowie der Austausch von Zärtlichkeiten ist in der gesamten Anlage untersagt.



## Trinken ist wichtig

Trinken Sie ausreichend Wasser vor und nach der Sauna, um Dehydrierung und Kreislaufprobleme zu vermeiden.



## Herz und Kreislauf

Gäste, die an Herz- oder Kreislaufbeschwerden leiden, sollten vor der Benutzung der Saunawelt den Arzt konsultieren.



## Handy-Verbot

Elektronische Geräte – insbesondere mit Kamerafunktion – sind im gesamten Mineralheilbad nicht gestattet.



## Saunaaufgüsse

Aufgüsse und Rituale werden ausschliesslich vom Personal durchgeführt.

