REGLAMENTO SPA

- Es obligatorio el uso de traje de baño.
- Las áreas se separan por géneros.
- Este es un lugar tranquilo, habla en voz baja y sé cuidadoso (a) con aquellos que están intentando relajarse a tu alrededor.
- Debera tomar un baño completo antes de ingresar a las áreas húmedas.
- Embarazadas, adultos mayores o que sufran de enfermedades del corazón pueden ingresar siempre y cuando tengan autorización previa de su médico.
- Queda prohibido el ingreso de personas bajo la influencia del alcohol, medicamentos o enervantes que aumenten o disminuyan la presión arterial.
- Procure ingresar acompañado (a).
- Adolescentes menores de 15 años no podrán ingresar.
- Adolescentes de 16 a 18 años podrán ingresar bajo la supervisión de un adulto.
- Circule con precaución durante su estancia.
- Se sugiere estar no más de 30 min haciendo uso de las áreas, en caso de que usted desee repetir el circuito de áreas húmedas debera enfriarse y tomar de nueva cuenta otro tiempo breve de 15 min.
- El uso prolongado puede causar mareos, nauseas o deshidratación .
- Si usted sufre de claustrofobia se sugiere solo hacer uso del jacuzi.
- No se permite ingresar objetos de vidrio.
- Alimentos y bebidas no podrán ser ingresados.
- Máximo 5 personas por área (sauna, vapor o jacuzi).
- Es recomendable que después de hacer uso de las áreas del SPA se hidrate.

SPA REGULATION

- The use of a bathing suit is mandatory to enter.
- Areas are separated by genres.
- This is a quiet place, speak quietly and be careful with those who are trying to relax around you.
- You should take a full shower before entering wet areas.
- Pregnant women, older adults or those suffering from heart disease can enter as long as they have prior authorization from their doctor.
- The entry of people under the influence of alcohol, drugs or drugs that increase or decrease blood pressure is prohibited.
- Try to enter accompanied.
- Adolescents under 15 years of age will not be able to enter.
- Adolescents from 16 to 18 years old may enter under the supervision of an adult.
- Walk with caution during your stay.
- It is suggested to spend no more than 30 min using the areas, in case you want to repeat the circuit of wet areas, you should cool down and take another short time of 15 min.
- Prolonged use may cause dizziness, nausea or dehydration.
- If you suffer from claustrophobia it is suggested to only use the jacuzzi.
- Glass objects are not allowed.
- Food and drinks may not be entered.
- Maximum 5 people per area (sauna, steam or Jacuzzi).
- It is recommended that you hydrate after using the SPA areas.

RÈGLEMENT SPA

- L'utilisation d'un maillot de bain est obligatoire pour entrer.
- Les zones sont séparées par genres.
- C'est un endroit calme, parlez doucement et soyez prudent avec ceux qui essaient de se détendre autour de vous.
- Vous devriez prendre une douche complète avant d'entrer dans les zones humides.
- Les femmes enceintes, les personnes âgées ou les personnes souffrant de maladies cardiaques peuvent entrer à condition d'avoir l'autorisation préalable de leur médecin.
- L'entrée de personnes sous l'influence de l'alcool, de drogues ou de médicaments augmentant ou diminuant la tension artérielle est interdite.
- Essayez d'entrer accompagné.
- Les adolescents de moins de 15 ans ne pourront pas entrer.
- Les adolescents de 16 à 18 ans peuvent entrer sous la surveillance d'un adulte.
- Marchez prudemment pendant votre séjour.
- Il est suggéré de ne pas passer plus de 30 min à utiliser les zones, au cas où vous voudriez répéter le circuit des zones humides, vous devriez vous rafraîchir et prendre un autre court temps de 15 min.
- L'utilisation prolongée peut causer des étourdissements, des nausées ou une déshydratation.
- Si vous souffrez de claustrophobie, il est suggéré d'utiliser uniquement le jacuzzi.
- Les objets en verre ne sont pas autorisés.
- La nourriture et les boissons ne peuvent pas être entrées.
- Maximum 5 personnes par espace (sauna, hammam ou jacuzzi).
- Il est recommandé de s'hydrater après avoir utilisé les espaces SPA.