Anleitung für die Benutzung der Lienipark-Sauna

Herzlich Willkommen in der Sauna! Bitte beachte die folgenden Hinweise für eine sichere und angenehme Nutzung.

1. Vorbereitung

- **Bei unserer Abwesenheit:**
  Im Winter: Das Lienipark-Team ist nicht vor Ort. Bitte beachte, eine Stunde Vorheizzeit.
  Im Sommer: Falls das Lienipark-Team bei deiner Buchung abwesend ist, kontaktieren wir dich. Dann musst du eine Stunde vor dem Saunieren ankommen, um die Sauna selbständig in den Betrieb zu nehmen und vorzuheizen. Zugang kriegst du über eine Schlüsselbox.
- **Schlüsselbox:** Bei unserer Abwesenheit, findest du die Schlüsselbox mit dem Schlüssel für die Sauna und Badge für den Zugang ins WC-Haus direkt am Häuschen auf der Rückseite der Sauna. Den aktuellen Zugangscode hast du in der Buchungsbestätigung per E-Mail erhalten.
- **Haftungsausschluss:** Vor der ersten Benutzung unserer Lienipark-Sauna, müssen **alle Benutzer** das Onlineformular für den Haftungsausschluss ausgefüllt haben. Das Formular ist dann bei uns hinterlegt und muss bei zukünftigen Saunabesuchen nicht mehr ausgefüllt werden.
  Zum Haftungsausschluss gelangst du über folgenden Link:
  www.lienipark.ch/sauna-haftung oder über den QR-Code, welcher in der Sauna deponiert ist.
- **Licht einschalten:** Der Lichtschalter befindet sich rechts, direkt neben der Eingangstür. Die Beleuchtung in der Sauna wird über das Steuerpanel der Sauna angesteuert.
- **Sauna einschalten:** Die Sauna wird manuell eingeschaltet. Drücke den Ein-/Ausschaltknopf am Panel für 3-4 Sekunden (Timer ersichtlich), um die Sauna zu starten. Die Sauna benötigt nun 1 Stunde, um vorzuheizen.
- **Temperatur einstellen:** Um ins Menu zu gelangen, drehe den Drehknopf am Steuer-Panel, mit dem Drehen gelangst du zum Thermometer-Symbol, wo du die gewünschte Temperatur einstellen kannst. Ideal sind Temperaturen zwischen 70 und 90 Grad Celsius, je nach persönlicher Vorliebe.

2. Benutzung der Sauna

- **Saunagang:** Die Sauna ist eine Textilfreie Zone. Benutze in der Sauna dein selbst mitgebrachtes Saunatuch, um den direkten Hautkontakt mit dem Holz zu vermeiden. Badefinken, Badekleidung, Schuhe oder ähnliches müssen draussen bleiben.

- **Aufguss:** Falls du einen Saunaaufguss machen möchtest, giesse nur eine kleine Menge auf die heissen Steine. Es dürfen keine selbst mitgebrachten Zusätze aufgegossen werden.
- **Verweildauer:** Die Dauer des Saunagangs hängt von deinem Wohlbefinden ab. Ein Saunagang sollte nicht länger als 15–20 Minuten dauern.
- **Ruhepausen:** Achte darauf, regelmässige Pausen einzulegen, um deinen Kreislauf zu schonen. Zwischen den Saunagängen kannst du dich abkühlen, zum Beispiel unter der Aussendusche, im grossen Schwimmbecken oder durch einen kurzen Aufenthalt an der frischen Luft.
- **Dusche:** Im Winter kannst du die Dusche im Toilettenhaus benutzen. **Aussendusche (Sommer) / Pool:** Ausserhalb vom Saunahäuschen ist **keine** Nacktzone. Sobald du an die frische Luft, unter die Aussendusche oder in den Pool gehst, solltest du deine Badekleidung oder einen Bademantel tragen. Bei der Aussendusche dürfen Shampoo und Duschgel benutzt werden.
- **Bett:** Das Bett darf nur trocken und mit Badetuch oder Bademantel benutzt werden.
- **Verpflegung:** In der Sauna sind Esswaren und alle Getränke, ausgenommen Wasser, verboten. Bitte beachte, dass wir während unseren Öffnungszeiten ein Picknickverbot auf dem ganzen Areal haben. Gerne verpflegen wir euch zu unseren Öffnungszeiten an der Bar.

3. Nach dem Saunagang

- **Sauna ausschalten:** Die Sauna stellt sich automatisch nach 3 Stunden aus, aber aus Energiespargründen solltest du sie jedoch bei frühzeitigem Ende selbst ausschalten. Drücke dazu kurz auf den Ein-/Ausschaltknopf.
- **Licht ausschalten:** Vergiss nicht, den Lichtschalter zu betätigen, wenn du die Sauna verlässt. Die Innenbeleuchtung der Sauna muss separat am Panel ausgeschaltet werden.

4. Reinigung und Pflege

- **Besenreinigung:** Um allfälligen Besuchern, die am selben Tag nach dir die Sauna gebucht haben, einen schönen Aufenthalt zu bieten, ist es notwendig, die Sauna nach jedem Gebrauch besenrein und sauber zu hinterlassen. Besen und weitere Putzutensilien stehen dir im Saunahäuschen zur Verfügung.
- **Tücher und Bänke:** Achte darauf, keine nassen Handtücher oder Kleidungsstücke auf den Bänken oder Bett liegen zu lassen. Trockne alles ab, falls es nass ist.

5. Wichtige Hinweise

- **Haftung:** Aufenthalt und Nutzung der Sauna, sowie das Abkühlen im Schwimmbecken geschieht auf eigene Gefahr. Wir lehnen jede Haftung ab.
- **Sauna nicht überlasten:** Achte darauf, dass sich in der Sauna nicht zu viele Personen gleichzeitig aufhalten. Zu viele Menschen können die Luftqualität beeinträchtigen und die Temperatur schwer regulierbar machen. Haltet eure Lautstärke in Grenzen und keine Partys!
- **Gesundheit:** Vermeide die Nutzung der Sauna bei gesundheitlichen Problemen wie Kreislaufstörungen, Hautkrankheiten oder Erkältungen. Bei Unsicherheiten konsultiere einen Arzt.
  Das benützen der Sauna ist unter Einfluss von Alkohol oder Drogen verboten.
- **Hydration:** Trinke ausreichend Wasser vor und nach dem Saunagang, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen.
- **Beschädigung:** Falls während der Nutzung oder bei der Reinigung Schäden an der Sauna oder deren Ausstattung entstehen, muss der Verursacher dafür aufkommen. Melde dies bitte sofort, damit eine schnelle Reparatur oder Wartung erfolgen kann.

Wir wünschen dir einen entspannten und wohltuenden Aufenthalt in der Sauna!

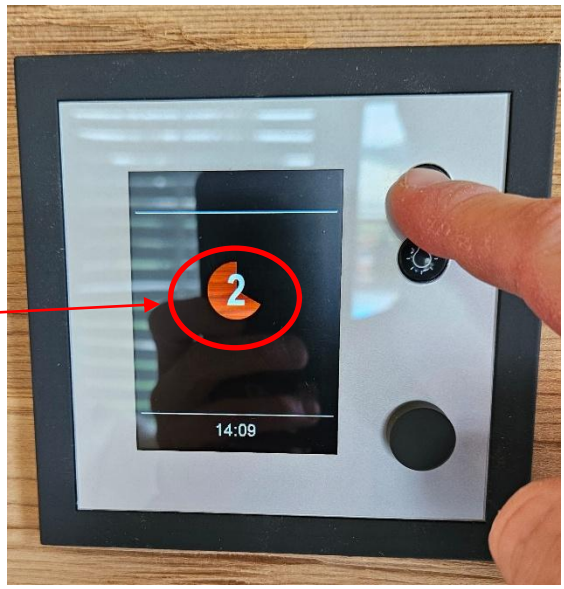
Euer Lienipark-Team

LIENI PARK
WAKE & BAR

1. Einschalten

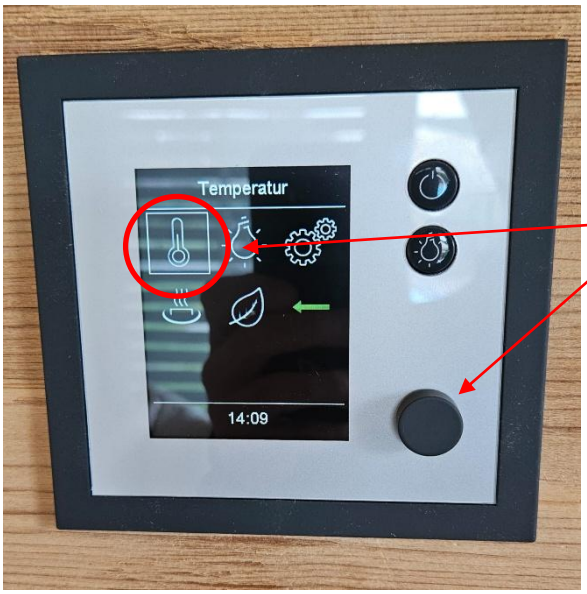
Ein-/Ausschaltknopf 3 Sek. gedrückt halten.

Licht Sauna-Innenraum



2. Timer

Halte den Ein-/Ausschaltknopf gedrückt, bis der Timer runtergezählt hat. Die Sauna ist nun eingeschaltet.



3. Menu Temperatur einstellen

Drehe nun am Drehknopf, bis du zum Thermometer Symbol gelangst. Bestätige mit drücken auf den Drehknopf.

4. Gewünschte Temperatur

Drehe am Drehknopf, bis die die gewünschte Temperatur angezeigt wird. Bestätige diese mit drücken auf den Drehknopf.