



**Partagez un vrai moment de plaisir et de convivialité dans notre Spa Harmony !**

**Vous souhaitez louer le Jacuzzi extérieur ?**

## **RÈGLEMENT DU JACUZZI**

**À LIRE AVEC ATTENTION**

### **UTILISATION DU JACUZZI :**

- Ne pas dépasser la capacité maximale du jacuzzi, soit 6 personnes.
- Il faut deux personnes pour ouvrir et fermer la capote du Jacuzzi.
- Vous utilisez les installations du jacuzzi sous votre responsabilité.
- Pour le bien-être de tous, le jacuzzi est réservé exclusivement à la relaxation.
- Il est déconseillé de rester au-delà de 15 à 20 minutes dans le Jacuzzi.
- Respect du voisinage, plus de bruit après 22h00.
- Utilisation de verres en verre dangereux (verres en plastiques à votre disposition).
- Les **enceintes Bluetooth** doivent être utilisées avec un volume très bas !
- Il faut toujours vérifier la température de l'eau, et ne pas dépasser les 38°C.
- Formellement interdit aux enfants non accompagnés.
- Femmes enceintes, personnes diabétiques **déconseillé au-delà de 30°C**.

### **RÈGLES D'HYGIÈNE A RESPECTER :**

- Douche préliminaire, savonnée obligatoire, bien se rincer.
- Utiliser les serviettes blanches mises à votre disposition.
- Passage des pieds dans la bassine bain obligatoire.
- Bonnet de bain conseillé.
- Les cheveux longs doivent être impérativement attachés.
- Munissez-vous de sandales/chaussures antidérapantes.
- Douche conseillée après chaque bain. (Rincer tous vêtements).

### **Pour garder une eau propre, sont formellement interdits !**

- Cigarettes, T-shirts, Caleçons longs, Crèmes/huiles solaires, Chewing-gums, Maquillage,
- Aliments/Boissons, Radios, Portables, Appareils photos/caméscopes, Jouets flottants,
- Objets en métal, Lunettes, Bijoux/Montres/Objets de valeur, Peignes/Barrettes de cheveux...

La pratique du SPA n'est pas sans conséquence pour la santé selon les individus. Nous invitons les usagers à la prudence et à se renseigner sur cette pratique auprès de leur médecin. Si vous avez des soucis de santé (problèmes cardiovasculaires, diabète, obésité...), demandez conseil avant d'utiliser le SPA.

En cas de lésions cutanées évitez de l'utiliser.

## L'EAU DU JACUZZI EST CHANGÉE SYSTÉMATIQUEMENT POUR CHAQUE LOCATION ET ENRICHIE DE PASTILLES DE BROME DÉSINFECTANTES.

### LES BIENFAITS DU SPA



Photos: Le clos de la Saugeure



- Notre jacuzzi situé à l'extérieur sur la terrasse a une capacité d'accueil de **6 personnes** pour un confort optimal. On se doit de suivre certaines règles afin de profiter de tous les bienfaits d'un bain et respecter le règlement du gîte (**voir ci-dessus**).
- Une séance de SPA est déconseillée au-delà de **15 à 20 minutes**. Plus la température est élevée, plus les séances doivent d'être courtes. Une fois dans l'eau, vous devez respecter les positions dans les places pour profiter pleinement des bienfaits. Depuis des millénaires, l'homme utilise l'eau chaude pour ses qualités thérapeutiques. Les buses d'hydro massage permettent d'obtenir des massages précis et efficaces. Cette association apaise le corps comme l'esprit, la santé et le mental.
- Le spa apporte à ses utilisateurs une dose de bien-être et de détente. Le spa est relaxant car il stimule la production d'endorphines par l'organisme, qui ressemblent aux opiacés, et sont un calmant naturel (antidouleur) et procurent une sensation de bien-être. C'est l'endorphine « l'hormone du bonheur ».

- L'effet de l'eau chaude sur la circulation du sang permet à l'endorphine et aux autres substances nutritives d'accéder aux cellules endommagées. De par son action, la pression artérielle baisse et les tensions sur le cœur et autres organes diminuent.
- Le spa stimule la circulation sanguine, dénoue les tensions musculaires (et émotionnelles !), soulage les articulations, relâche les muscles, tonifie la peau, apaise les douleurs, facilite la digestion, élimine les toxines, booste l'apport d'oxygène vers les différentes cellules du corps, relaxe...
- Le spa est donc bénéfique contre les courbatures, les rhumatismes, l'arthrite, les douleurs de dos, les traumatismes musculaires (tendinites, articulations douloureuses ou muscles endoloris), les migraines, l'hypotension ou l'hypertension, les varices, la surcharge pondérale, la cellulite... Il aiderait même les personnes souffrant de diabète type 2 (en réduisant le taux de sucre dans le sang)). Mais il aide aussi à combattre les insomnies, le stress, la dépression, il régule le sommeil (sommeil profond garanti après une séance de spa)...
- Il faut savoir que les bienfaits du spa ne sont pas que ponctuels. Les effets d'une bonne séance de spa peuvent durer quelques jours.
- Le spa est de plus en plus utilisé par les sportifs car il les aide à récupérer plus rapidement après un entraînement intensif (car augmente la circulation sanguine et élimine les toxines et l'excès d'acide lactique sur les muscles).

\* \* \*

**LES DÉGRADATIONS DU JACUZZI, LE NON RESPECT DU RÈGLEMENT ENTRAINERONT L'ENCAISSEMENT TOTAL DE LA CAUTION. DES FRAIS DE NETTOYAGE POURRONT ÊTRE FACTURÉS AU(X) LOCATAIRE(S).**

\* \* \*

Photo: Le clos de la Saugeure



Serviettes et pantoufles à votre disposition.



Des questions ?

**LASAUGEURE.COM**

Toujours là pour vous