

Согласовано:

Председатель профкома МАУДО  
«СШ «Витязь» им. М.Ш. Бибишева»

Г. С.Балобанова

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г

Утверждаю:

Директор МАУДО

«СШ «Витязь» им. М.Ш. Бибишева»



А. В. Фролов

2025 г.

## Правила

### посещения бани, сауны в спортивно - оздоровительном комплексе МАУДО «СШ «Витязь» им. М.Ш. Бибишева».

#### I. Общие требования

Бани имеют электрический нагрев в парной, что предъявляет к ним повышенные требования для посетителей.

1. Включают электронагрев в бане только специально назначенные лица, прошедшие инструктаж: дежурный администратор, зав. складом, ответственный за электрохозяйство, сторож.
2. В бане температура воздуха не должна превышать 90-100 градусов
3. Освещение парной и душевых должно иметь герметически закрытые светильники и исправные выключатели.
4. Группы детей допускаются в баню под руководством тренера, который проверяет техническое состояние бани:
  - наличие и исправность освещения,
  - состояние кранов,
  - ограждения камина,
  - следит за температурным режимом,
  - следит за выполнением правил поведения и режима посещения парной.

#### II. Требования безопасности перед посещением бани

1. Пройти в раздевалку.
2. Раздеваться, не мешая соседям, аккуратно складывать свою одежду.
3. Снять мокрый купальник.
4. Перед заходом в парную необходимо вымыться под душем и насухо обтереться.
5. Не мочить голову перед заходом в парную, чтобы не вызвать перегрева головы.
6. Перед заходом в сауну обернуться сухим полотенцем.

#### III. Требования безопасности во время посещения бани.

##### ВО ВРЕМЯ ПОЛЬЗОВАНИЯ БАНЕЙ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Посещение бани, с головной болью или другими недомоганиями,
2. Заходить в парную без разрешения тренера
3. Заходить в парную без головного убора, в сланцах,

4. Пользоваться резко пахнущими или вызывающими аллергическую реакцию кремами, мазями,
5. Заносить в душевую и парную стеклянные предметы,
6. Лить воду на камни камина,
7. Продолжать посещение бани при появлении запаха дыма, горелой изоляции, неисправном ограждении камина, отсутствии освещения,
8. Сорить

#### **IV. Требование безопасности при аварийной ситуации.**

1. При возникновении пожара или запаха дыма, горелой изоляции покинуть баню и предупредить дежурного администратора.
2. При разрыве системы водоснабжения сообщить тренеру, который вызовет сантехника.
3. При внезапном отключении освещения срочно покинуть сауну и душевую.
4. При получении травмы, недомогания и других заболеваний необходимо сообщить тренеру для оказания квалифицированной до врачебной помощи.

#### **IV. Требование безопасности после окончания пользования баней**

1. Отдохнуть пока не остынет тело. Во время отдыха беседуют, пьют чай.
2. Одеться. Не оставлять личные вещи..
3. Прибрать за собой раздевальное помещение
4. Чтобы не получить простудное заболевание, на улицу выходить после того как прекратится потоотделение

Разработал:  
Заместитель директора



Ю.И. Файсханова