



ПАРРУС

РУССКАЯ БАНЯ НА ДРОВАХ

Московская обл., Ленинский район, д. Малая Володарка, дом 26А
banyaparrus@mail.ru
banyaparrus.ru; parrus .рф
+7(903)103-103-5

Рекомендации посетителям бани.

- 1. Перед посещением бани рекомендуется проконсультироваться с врачом. Нельзя париться в состоянии сильного переутомления или острой формы болезни.*
- 2. Прежде, чем садиться на скамью, следует положить полотенце или специальный банный коврик. Для соблюдения правил гигиены в помещениях бани посетителям нужно ходить в тапочках или сланцах.*
- 3. Перед посещением парной снимите металлические предметы или украшения.*
- 4. Нельзя париться натощак или сразу после еды.*
- 5. Запрещено находиться в парной после употребления спиртных напитков.*
- 6. Перед посещением парной необходимо принять душ, смыть следы парфюма.*
- 7. В парной необходимо находиться в специальной банной шапке из войлока.*
- 8. При посещении парной впервые учитывайте, что чем выше расположены полки, тем выше температура в парной. Берегите себя от перегрева.*
- 9. Не рекомендуется нахождение в парной более 10-15 мин без перерыва.*
- 10. После выхода из парной охладите тела с помощью душа или специальных ведер.*
- 11. После посещения парной рекомендуется отдохнуть, попить чай или воду.*