



alsterSPA

## alsterSPA - Knigge

---

Handtuch & Co.	Ein Bademantel liegt im Hotelzimmer bereit. Slipper erhalten Sie an unserer Rezeption. Handtücher liegen in SPA-Bereich aus und haben dort zu verbleiben.
Textilfrei	Der Sauna-Bereich ist in Deutschland eine textilfreie Zone.
Saunanutzung	<p>Die Saunakabine wird nach dem Abduschen trocken betreten. Damit keine Wärme verloren geht, muss die Tür zur Sauna nach jedem Öffnen schnell wieder geschlossen werden.</p> <p>Wenn Sie sich unwohl fühlen oder sich ein Schwindelgefühl einstellt, verlassen Sie bitte die Sauna.</p>
Notruf	Es befindet sich in jeder Sauna eine Notruftaste zur Rezeption.
SPA-Anwendungen	<p>Für eine totale Entspannung sollten Sie sich etwa zehn Minuten vor dem Termin bereithalten um nicht abgehetzt anzukommen. Des Weiteren haben Sie so Gelegenheit sich mit der Einrichtung vertraut zu machen, sich ggf. zu duschen und umzuziehen.</p> <p>Bei Verspätungen wird die Zeit der Behandlung entsprechend kürzer. Die Anwendung endet pünktlich, damit der nächste Gast nicht warten muss. Eine Terminabsage ist bis 24h vor Termin kostenfrei möglich. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir danach 90% berechnen müssen, da der Termin für Sie freigehalten wurde.</p>
Hygiene	<p>Zum Desinfizieren der Fitnessgeräte stehen Papierhandtücher und Desinfektionsspray bereit.</p> <p>In unseren Saunen gilt aus Hygienegründen die Grundregel: kein Schweiß auf Holz. Es muss immer ein Handtuch zwischen Körper und Sitzbank sein - das gilt auch für die Füße. Vor dem ersten Saunagang ist zu duschen.</p>
Gegenseitige Rücksichtnahme	<p>Damit für alle Gäste der Aufenthalt im alsterSPA erholsam wird, muss aufeinander Rücksicht genommen werden:</p> <p>Es ist daher nicht erlaubt Liegestühle mit Handtüchern über Stunden zu „reservieren“. Der Ruhebereich ist eine Ruhezone. Das heißt: keine lauten Gespräche und kein lautes Gelächter. Mobiltelefone sind im Ruhebereich nicht erlaubt. Das alsterSPA ist eine Nichtraucherzone. Auch Rasuren sind nicht gestattet. Persönliche Wertgegenstände können im Safe auf dem Hotelzimmer oder in den Schließfächern im Umkleidebereich deponiert werden. Der Sauna- und Fitnessbereich ist eine tierfreie Zone.</p>
Speisen & Getränke	Speisen sind im alsterSPA nicht erlaubt. Um Verletzungen zu vermeiden, sind im gesamten alsterSPA keine Behältnisse aus Glas gestattet. Im Saunahof steht ein Wasserspender bereit.
Kinder	<p>Von 0-6 Jahren haben Kinder keinen Zutritt in den Fitness- &amp; Saunabereich, Kinder von 7-12 Jahren nur in Begleitung der Eltern. Eltern haften für Ihre Kinder.</p> <p>Bitte beachten Sie, dass das alsterSPA ein Ort der Entspannung ist und nehmen Sie bitte Rücksicht auf andere Gäste.</p>



alsterSPA

## alsterSPA – Etiquette Guide

---

Towels & Co.	You will find a bathrobe in your room. Slippers will be handed out at our Front Office desk. Towels are placed in the spa area and have to remain there.
Garment-free	In Germany the sauna area is a garment-free area.
Sauna use	After showering the sauna booth has to be entered with a dry body. Please close the door firmly after opening, to avoid a loss of heat. If you feel sick or dizzy left the sauna booth immediately.
Emergency call	There is an emergency call-switch in every sauna booth directly connected to our Front Office.
SPA-Therapies	For total relaxation you should be ready 10 minutes before your appointment, that you don't have to rush. During this time you can acquaint with the area, take a shower and change clothes. If you are late the time of the therapy will be shortened of the time of delay. The therapy will end on time, that we can hold the schedule. A cancellation free of charge is possible until 24h before the appointment. If you missed this deadline, we ask for your understanding that we have to charge 90% because the appointment was been hold for you.
Hygiene	Please use the paper towels and disinfection spray to disinfect the fitness equipment. For the sauna boothes please note: No sweat on the wood. There has to be a towel between body and bench, this also applies for the feet. Before the first sauna session you should take a shower.
Respectfulness	Please be respectful to each other that the stay in our alsterSPA will be of others a relaxation for all guests: Due to that, it is not allowed to reserve the deck chairs with towels over hours. In our quiet zone „Ruheraum“ you have to keep calm. Please no loud laughing and speaking. Mobile phones are forbidden in the quiet zone. The alsterSPA is a non-smoking area. Shaving is also not allowed. Personell valuable articles could be placed in the safe of your hotel room or in one of the wardrobes in the spa area. Pets are forbidden in our alsterSPA.
Food & Drinks	Food is not allowed in our alsterSPA. To avoid injury, glass bottles and drink glasses are not permitted. In the „Saunahof“ you will find a water dispenser.
Kids	Children 0-6 years are not allowed in the fitness and sauna area. Children from 7-12 years old only when accompanied by parents. Parents are responsible for their children. Please note that the alsterSPA is a place of relaxation and please take consideration for other guests.