



**Odpoczynek z zachowaniem idealniej równowagi pomiędzy
zdrowym odżywianiem, ruchem i relaksem.**

**Resting while maintaining the perfect balance between
healthy nutrition, movement and relaxation.**

Szanowni Państwo,

Jest nam niezmiernie miło powitać Państwa w Ośrodku Wczasów
Odmładzających i Odchudzających Czapielski Młyn.

Państwa komfort i zadowolenie są dla nas najważniejsze, dlatego dołożymy
wszelkich starań aby umilić Państwu pobyt.

W trosce o komfort pobytu w naszym hotelu oraz bezpieczeństwo Gości prosimy
o zapoznanie się z ogólnymi warunkami zakwaterowania w Ośrodku Wczasów
Odmładzających i Odchudzających Czapielski Młyn.

Dyrekcja Ośrodka Long Vita -
Czapielski Młyn

Dear Guest,

We are delighted that you have chosen Long Vita – Czapielski Mlyn as your detox
destination.

On behalf of the entire Long Vita team, we extend you a very warm welcome and
trust your stay with us will be both effective and a memorable experience. In
order to ensure such an experience we would like you to get familiar with the
general information, our general terms and conditions.

Sincerely,
Long Vita – Czapielski Mlyn Management

Dostęp do sieci WiFi / WiFi Access

Sieci / Networks	LongVitaGuest
	DOMKI
Hasło / Password	Holiday1234
	abcde12345

INFORMACJE OGÓLNE

RECEPCJA

- Czynna od 07:00 do 22:30
- Akceptujemy karty:
 - o VISA, MASTERCARD, POLCARD

POSIŁKI codziennie o określonych porach:

- ŚNIADANIE: 9:00
- OBIAD: 13:30
- KOLACJA: 17:30

DOBA HOTELOWA

- Doba hotelowa kończy się o godzinie 10:00.
- W sprawie przedłużenia pobytu prosimy o kontakt z Recepcją do godziny 11:00 dnia poprzedzającego wyjazd.

APTECZKA PIERWSZEJ POMOCY

- Apteczka znajduje się w Recepcji.
- Ośrodek nie wydaje Gościom leków. Pracownicy ośrodka mogą, w miarę możliwości zrealizować recepty Gości na ich życzenie i odpowiedzialność Gościa.

BAGAŻ

- W razie potrzeby można oddać do przechowania w Recepcji.

WELLNESS

- Czynne codziennie
- 12:00-22:00

BUDZENIE

- Prosimy o kontakt z Recepcją

DZIECI

- Posiadamy wysokie krzeselka, łóżeczko dziecięce, wanienkę. Prosimy o kontakt z Recepcją.

ZWIERZETA

- Pobyt zwierząt: 20 zł / doba

ŻELAZKO

- Prosimy o kontakt z Recepcją.

PRALNIA

- Prosimy o kontakt z Recepcją.

TAXI

- Prosimy o kontakt z recepcją.

GENERAL INFORMATION

RECEPTION DESK

- Opens at 07:00 and closes at 22:30

MEALS every day at the same time:

- BREAKFAST: 9:00
- LUNCH: 13:30
- DINNER: 17:30

CHECK-OUT TIME

- The latest check-out time is 10:00 a.m.
- If you would like to extend your stay, please contact the reception before 11:00a.m the previous day.

FIRST AID KID

- Available at the reception
- The resort does not issue medications to guests. The employees of the resort may, if possible, fulfill the guest's prescriptions at their request and guest's responsibility.

LUGGAGE

- Can be left at the reception if it is necessary

WELLNESS

- Open daily
- From 12:00 till 10:00 p.m.

WAKE UP CALL

- Please contact the reception.

CHILDREN

- High chairs, cribs, baby bath tubs
- Please contact the reception.

PETS

- Additional charge of 20PLN/Day

CLOTHES IRON

- Please contact the reception.

WASHING MACHINE

- Please contact the reception.

TAXI

- Please contact the reception.

Numery Awaryjne / Emergency Phone Numbers

- | | |
|---------------------------|-------------------|
| POLICJA – 997 | - POLICE |
| STRAŻ POŻARNA – 998 | - FIRE DEPARTMENT |
| POGOTOWIE RATUNKOWE – 999 | - AMBULANCE |

CENNIK ZAJĘĆ DODATKOWYCH

Wejście do SPA:

- 15 zł / dzień
- lub 99 zł / tydzień.

Aqua Aerobik:

- 30 zł / zajęcia (Zapisy w Recepcji)

Yoga, Pilates lub Dance:

- 30 zł / zajęcia (Zapisy w Recepcji)

Gimnastyka wzmacniająca mięśnie brzucha, ud i pośladków:

- 30 zł / zajęcia

Wędk:

- 10 zł / godz.

Rakietki do badmintonu:

- 10 zł / h

Rowerki wodne:

- Możliwość wypożyczenia
- Prosimy o kontakt z Recepcją

Kajak:

- Możliwość wypożyczenia
- Prosimy o kontakt z Recepcją

Rower:

- Możliwość wypożyczenia
- Prosimy o kontakt z Recepcją

Jazda Kona:

- Prosimy o kontakt z Recepcją
- Oko. 50 zł / godz.

PRICE LIST FOR ADDITIONAL ACTIVITIES

Entrance to The Wellness Zone:

- 15 PLN / per day
- or 99 PLN/ per week

Aqua Aerobics:

- 30 PLN / Session

Yoga, Pilates or Dance:

- 30 PLN / Session

Exercices strenghtening your Abs, thighs and bottom:

- 30 PLN / Session

Fishing rod:

- 10 PLN / hour

Badminton rackets:

- 10 PLN / hour

Pedal boat

- Possibility of renting free of charge
- Please contact the reception

Kayak:

- Possibility of renting free of charge
- Please contact the reception

Bicycles:

- Possibility of renting free of charge
- Please contact the reception

Horse riding:

- Please contact the reception
- Ca. 50 PLN / hour

Regulamin Long Vita – Czapielski Młyn

§1 PRZEDMIOT REGULAMINU

1. Regulamin określa zasady świadczenia usług, odpowiedzialności oraz przebywania na terenie Ośrodka i jest integralną częścią umowy, do której zawarcia dochodzi poprzez podpisanie karty meldunkowej, jak również poprzez dokonanie czynności konkludentnych, w szczególności poprzez dokonanie rezerwacji i/ albo zapłatę zadatku lub całej należności za pobyt w Ośrodku. Dokonując czynności wymienionych w zdaniu poprzednim Gość potwierdza, iż zapoznał się i akceptuje warunki Regulaminu.
3. Regulamin obowiązuje wszystkie osoby przebywające w Ośrodku Wczasów Odmładzających i Odchudzających Czapielski Młyn.
4. Regulamin dostępny jest do wglądu na ścianie obok Recepcji w holu głównym Ośrodka, a także możliwy do otrzymania w Recepcji.
5. Opiekunem Gościa jest Recepcja Ośrodka.

§2 DOBA HOTELOWA

1. Doba hotelowa w pokojach Ośrodka trwa od godziny 13:00 do godziny 10:00 dnia następnego.
2. Przedłużenie pobytu, poza okres wskazany w dniu przybycia, Gość powinien zgłosić niezwłocznie w Recepcji. Ośrodek uwzględni możliwość przedłużenia pobytu w miarę dostępności pokoi.
3. Ośrodek zastrzega sobie prawo do odmowy przedłużenia pobytu Gościa w Ośrodku, w przypadku nie dokonania wcześniej pełnej płatności za dotychczasowy okres pobytu oraz w przypadku nieprzestrzegania niniejszego Regulaminu.
4. Gość za dodatkową opłatą w przypadku nie spełnienia się warunków określonych w §2 ust. 3 i 4 może przedłużyć dobę hotelową w pokoju. Opłaty za przedłużenie doby hotelowej kształtują się w sposób: następujący:
 - o przedłużenie doby hotelowej do godz. 14:00 podlega opłacie 50 zł;
 - o przedłużenie doby hotelowej do godz. 18:00 podlega opłacie 100 zł;
 - o przedłużenie doby hotelowej po godz. 18:00 podlega pełnej opłacie jak za całą dobę hotelową.
5. W przypadku późniejszego przybycia Gościa lub rezygnacji Gościa z pobytu w trakcie jego trwania, Ośrodek nie zwraca opłaty za niewykorzystaną dobę hotelową.

Long Vita Rules and Regulations

§1 TERMS AND CONDITIONS

1. Rules and regulations define the principles of performing services, accountability and staying on the Detox grounds and is an integral part of the contract
2. which is accepted upon signing registration card as well as by making implied activities, in particular by making a reservation and/or paying a deposit or the entire amount for the stay at the hotel. By performing any of the actions mentioned in the previous sentence Guest confirms that he/she has read and accepted the Terms and Conditions.
3. Terms and Conditions apply to all persons staying at Long Vita – Czapielski Młyn.
4. Terms and Conditions are available for inspection on the wall next to the front desk in the main hall of the Resort, they are also obtainable at the reception.
5. The host of the Guest is the Reception.

§2 HOTEL NIGHT

1. Resort night runs from 1:00 p.m. until 10:00 a.m. of the next day.
2. If you would like to extend your stay beyond the period indicated on the arrival, Guests should report it immediately at the reception. Resort will take into account the extension of staying request, subject to room availability.
3. Resort reserves the right to refuse to extend the Guest's staying at the Resort in case a full payment for the current period of stay is not made and in the case of failure to comply with the Terms and Conditions.
4. Guests, for an additional fee in the case of non-fulfillment of the condition referred to in §2 points 3 and 4, may extend the stay in the hotel room.
Renewal fees are as follows:
 - o extension of the hotel stay until 2:00 p.m. is subject to a fee of 50 PLN
 - o extension of the hotel stay until 6:00 p.m. is subject to a fee of 100 PLN
 - o extension of the hotel stay after 6:00 p.m. is subject to full payment for the hotel night.
5. In the event of a late arrival or cancellation of the guest's stay during its duration, the resort does not refund the fee for the unused hotel day.

§3 REZERWACJA I MELDUNEK

1. Podstawą zameldowania Gościa jest okazanie w Recepcji własnego dokumentu tożsamości z fotografią oraz podpisanie karty meldunkowej oraz złożenie oświadczenia lekarskiego i oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do zabiegów.
2. Gość hotelowy nie może przekazywać pokoju innym osobom, nawet jeśli nie upłynął okres, za który uiścił należną za pobyt opłatę.
3. Osoby niezameldowane w Ośrodku mogą przebywać gościnnie w pokoju Ośrodka od godziny 7:00 do godziny 22:00. Przebywanie osób niezameldowanych w pokoju Gościa po godzinie 22:00 jest równoznaczne z wyrażeniem zgody przez Gościa na odpłatne dokwaterowanie mu tych osób do pokoju. Dokwaterowanie każdej osoby nastąpi według aktualnej ceny dostawki dla osoby dorosłej, według cennika dostępnego w recepcji Ośrodka.
4. Ośrodek może odmówić przyjęcia Gościa, który podczas poprzedniego pobytu rażąco naruszył Regulamin, w szczególności poprzez wyrządzenie szkody w mieniu hotelowym lub Gości, szkody na osobie Gości, pracowników Ośrodka lub innych osób przebywających w Ośrodku.
5. W dniu przyjazdu Gość dokonuje płatności należności za cały pobyt wraz z należnością za wcześniej zarezerwowane zabiegi.

§4 USŁUGI I USŁUGI DODATKOWE

1. Ośrodek świadczy usługi zgodnie ze swoją kategorią i standardem.
2. W przypadku zastrzeżeń dotyczących jakości usług Gość jest proszony o niezwłoczne ich zgłaszanie w Recepcji, co umożliwi pracownikom reakcję i poprawę standardu świadczonych usług.
3. Ośrodek ma obowiązek zapewnić Gościom: warunki do pełnego i nieskrępowanego wypoczynku, bezpieczeństwo pobytu, w tym bezpieczeństwo zachowania tajemnicy informacji o Gościu, profesjonalną i uprzejmą obsługę w zakresie wszystkich usług świadczonych w Ośrodku, sprząatanie pokoju i wykonywanie niezbędnej naprawy urządzeń podczas nieobecności Gościa, a w jego obecności tylko wówczas gdy wyrazi takie życzenie, lub zachodzi taka konieczność, sprawną pod względem technicznym obsługę, a w przypadku wystąpienia usterek, które nie będą mogły być usunięte niezwłocznie, Ośrodek dołoży starań, by w miarę możliwości zamienić pokój lub w inny sposób załagodzić niedogodności.

§3 BOOKING AND CHECKIN

1. The basis for the check in is an identity document with photograph presented at the reception and signing the registration card and the health declarations.
2. Resort guest cannot hand over the room to other people, even if the period of stay has not expired and they payment has been made for the stay.
3. Persons who have not checked in, can stay in the Guest's room from 7:00 a.m. till 10:00 p.m. If persons who have not checked in are staying in the Guest's room after 10:00 p.m., it is tantamount to the Guest accepting to pay for the stay of the additional people in the room. Additional payment for each person will be at the current price of extra bed for an adult, with price list available at the reception.
4. Resort may refuse to accept the Guest who grossly violated Terms and Conditions during previous visit, in particular by causing damage to property of the resort other Guests, or causing personal damages to Guests, the resort staff or other people present in the resort.
5. On the day of arrival, Guest pays the amount due for the entire stay together with the amount due for the previously booked treatments.

§4 SERVICES AND ADDITIONAL SERVICES

1. Resort services are provided in accordance with our category and standard.
2. In the case of any objections to the quality of the services, Guests are asked to promptly report such reservations at the reception. This will allow employess react quickly and improve the standard of services.
3. Resort has an obligation to provide for the guests: conditions for full and unfettered leisure, safe stay, including the security of confidentiality of information about the Guest, professional and courteous service for all services rendered at the Resort, cleaning of the room and performing the necessary repairs while the Guest is out of the room, and in his/her presence only when the Guest wishes so, efficien technical suppoer, and in the case of defects which cannot be removed immediately, the Resort will ensure that the room will be changed or otherwise mitigate the inconvenience.

4. Dodatkowo na życzenie Gościa Ośrodek świadczy nieodpłatnie następujące usługi: udzielanie informacji związanych z pobytem i podróżą, budzenie o wyznaczonej godzinie, przechowanie bagażu Gościa, zamawianie taxi.
5. Goście mogą korzystać odpłatnie z usług dodatkowych oferowanych przez Long-Vita, do których należą: strefa rekreacyjna Wellness (basen, sauny, jacuzzi), masaże rehabilitacyjne i zabiegi kosmetyczne, treningi personalne, zajęcia dodatkowe (aqua aerobics, zumba, gimnastyka na brzuch uda i pośladki, hydrokolonoterapia, pralnia z suszarnią.
6. Na życzenie Gościa przebywającego w Ośrodku z małymi dziećmi do pokoju wstawiane jest odpłatnie łóżeczko oraz nieodpłatnie wanienka do kąpieli.
4. Additionally at Guest's request the Resort provides the following free services: providing information related to the stay and travel, wake up service at requested hour, luggage storage, ordering a taxi.
5. Guests can use additional services offered by Long-Vita for a fee, which include: Wellness recreation area (swimming pool, saunas, jacuzzi), rehabilitation massages and cosmetic treatments, personal training, additional activities (aqua aerobics, zumba, belly gymnastics thighs and buttocks, colon hydrotherapy, laundry with drying room.
6. Upon request of Guests staying in a resort with small children, an additional bed is put into the room for a fee and a bathtub with no extra fee.

§5 USŁUGI DODATKOWE – ZABIEGI

1. Gość ma prawo korzystać z zabiegów oferowanych przez Long-Vita po złożeniu oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do zabiegów.
2. Rezerwacji zabiegów Gość dokonuje w Recepcji.
3. Po dokonaniu rezerwacji następuje automatyczne naliczenie opłaty za zabieg do rachunku Gościa zgodnie z obowiązującym cennikiem. W przypadku zmiany rodzaju zabiegu po porozumieniu z masażystą w dniu zabiegu, dokonamy aktualizacji opłaty w rachunku Gościa.
4. W przypadku niewstawienia się na zabieg oraz braku jego odwołania na 24 godziny przed datą zabiegu, nie dokonujemy zwrotu naliczonej opłaty.
5. Za odwołanie zabiegu na 24 godziny przed datą zabiegu lub zmianę jego terminu naliczamy opłatę w wysokości 10 złotych.

§6 KORZYSTANIE Z SAUNY ORAZ SAUNY ZEWNĘTRZNEJ

1. Z sauny mogą korzystać wyłącznie osoby zdrowe, bez przeciwwskazań lekarskich.
2. Chcąc korzystać z sauny, obowiązkowo należy posiadać własny ręcznik.
3. W saunie należy siadać na ręczniku oraz trzymać na nim stopy. Ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią drewnianą.
4. Przed przystąpieniem do zabiegu w saunie należy umyć całe ciało pod prysznicem mydłem i ciepłą wodą a następnie wytrzeć do sucha. Przed wejściem do sauny należy zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała.

§5 ADDITIONAL SERVICES – TREATMENTS

1. The Guest has the right to use the treatments offered by Long-Vita after submitting a declaration of no health contraindications to the treatments.
2. Treatments are booked by the Guest at the Reception.
3. After making the reservation, the fee for the treatment is automatically charged to the Guest's account in accordance with the valid price list. If the type of treatment is changed after consultation with the masseur on the day of the treatment, we will update the fee in the guest's bill.
4. In the event of failure to appear for the treatment and the lack of its cancellation 24 hours before the date of the procedure, we do not refund the charged fee.
5. For canceling the procedure 24 hours before the date of the procedure or changing its date, we charge a fee of PLN 10.

§6 USE OF THE SAUNA AND THE OUTDOOR SAUNA

1. Only healthy people without medical contraindications can use the sauna.
2. If you want to use the sauna, you must have your own towel.
3. In the sauna you should sit on a towel and keep your feet on it. The towel should be spread out so that no part of the body is in contact with the wooden surface.
4. Before proceeding to the sauna treatment, wash the whole body in the shower with soap and warm water and then wipe it dry. Before entering the sauna, remove all metal objects, as they may cause burns to the body.

5. Jeden cykl kąpieli trwa około 25 minut: 10 — 15 minut przebywanie w gorącym pomieszczeniu, a następnie stopniowe ochładzanie ciała wodą (w cyklu drugim i trzecim przebywanie w gorącym pomieszczeniu nie powinno być dłuższe niż 10 minut),
 6. Zabrania się bezpośredniego i gwałtownego schładzania ciała po saunie, w szczególności skoków do wody.
 7. Stosować stopniowe ochłodzenie organizmu, gdyż gwałtowne ochładzanie ciała jest szkodliwe dla ustroju.
 8. Korzystanie z sauny rozpoczyna się od ław niskich stopniowo przechodząc na wyższe, w zależności od samopoczucia.
 9. Na ławach można siedzieć lub leżeć (w saunie suchej-drewnianej- wyłącznie na własnym ręczniku!).
 10. W czasie przebywania w saunie nie wolno smarować ciała lub twarzy żadnymi kremami, gdyż powoduje to zmniejszenie powierzchni ciała, która wydała pot.
 11. W celu przystosowania układu krążenia do prawidłowego funkcjonowania w pozycji stojącej, wskazane jest w ostatnich 2 — 3 minutach przebywania w saunie przyjęcie pozycji siedzącej z opuszczonymi nogami.
 12. W każdym etapie należy dbać o dobre przegrzanie ciała i dostateczne jego wychłodzenie.
 13. Kąpiel w saunie kończy się zawsze dostatecznym wychłodzeniem ciała wodą.
 14. Z sauny nie mogą korzystać osoby: chore na serce, z nadciśnieniem, po udarach, z chorobami naczyń krwionośnych, ze stanami zapalnymi narządów wewnętrznych, z gorączką, chore na tarczycę, w ciąży, chore na padaczkę (epilepsję), SM, nowotwory złośliwe, choroby grzybicze, osoby niepełnoletnie mogą korzystać z sauny tylko i wyłącznie w towarzystwie dorosłego opiekuna. Korzystający z sauny bierze pełną odpowiedzialność wynikającą ze stanu jego zdrowia i konsekwencji po pobycie w saunie.
 15. W saunie nie należy przebywać w okularach i szklach kontaktowych.
 16. Korzystanie z sauny po obfitym posiłku nie jest wskazane.
 17. W czasie i po zabiegu w saunie przeciwwskazane jest podejmowanie wysiłku fizycznego.
 18. Po saunie należy wypocząć około 20 — 30 minut. Celowe jest picie w umiarkowanych ilościach (około 0,5 — 1 l) wód mineralnych lub soków.
 19. Zmiany samopoczucia, wskazujące na nietolerancję zabiegu w saunie, należy zgłosić.
5. One bath cycle lasts about 25 minutes: 10 - 15 minutes in a hot room, and then gradually cooling the body with water (in the second and third cycle, staying in a hot room should not be longer than 10 minutes),
 6. It is forbidden to cool down the body directly and rapidly after the sauna, in particular jumping into the water.
 7. Use gradual cooling of the body, because rapid cooling of the body is harmful to the body.
 8. Using the sauna begins with low benches, gradually moving to higher ones, depending on the mood.
 9. You can sit or lie on the benches (in the dry-wooden sauna - only on your own towel!).
 10. While in the sauna, you must not apply any creams to the body or face, as this reduces the surface of the body that excretes sweat.
 11. In order to adapt the circulatory system to proper functioning in a standing position, it is advisable to assume a sitting position with lowered legs in the last 2-3 minutes of staying in the sauna.
 12. At each stage, care should be taken to ensure that the body is well overheated and sufficiently cooled down.
 13. Bathing in the sauna always ends with sufficient cooling of the body with water.
 14. The sauna cannot be used by people with: heart disease, hypertension, strokes, blood vessel diseases, inflammation of internal organs, fever, thyroid disease, pregnancy, epilepsy, MS, cancer malignant diseases, fungal diseases, minors may use the sauna only in the company of an adult guardian. The user of the sauna takes full responsibility for his health and consequences after staying in the sauna.
 15. Do not wear glasses or contact lenses in the sauna.
 16. Using the sauna after a heavy meal is not recommended.
 17. It is contraindicated to undertake physical effort during and after the sauna treatment.
 18. After the sauna you should rest for about 20 - 30 minutes. It is advisable to drink moderate amounts (about 0.5 - 1 L) of mineral water or juices.
 19. Changes in well-being, indicating intolerance to the sauna procedure, should be reported.

20. Z sauny należy korzystać zupełnie nago z owinięciem ciała w suchy ręcznik, strój kąpielowy zatrzymuje pot na ciele i może spowodować podrażnienia skóry.
21. Z sauny można korzystać tylko w towarzystwie innej osoby, co pozwoli na natychmiastową pomoc w wypadku złego samopoczucia.
22. Zabrania się korzystania z sauny pod wpływem alkoholu lub innych środków obniżających sprawność organizmu.
23. Korzystanie z sauny jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie powyższe punkty regulaminu.

§7 ODPOWIEDZIALNOŚĆ GOŚCI

1. Na terenie Ośrodka dzieci w wieku poniżej 12 lat powinny znajdować się pod stałym nadzorem dorosłych opiekunów prawnych. Opiekunowie prawni ponosić będą odpowiedzialność materialną za wszelkie szkody przedmiotów wyposażenia i urządzeń technicznych powstałe w wyniku działania dzieci pozostających pod ich opieką.
2. Gość Ośrodka ponosi pełną odpowiedzialność materialną za wszelkiego rodzaju uszkodzenia lub zniszczenia przedmiotów wyposażenia i urządzeń technicznych Ośrodka powstałe z winy jego lub odwiedzających go osób lub osób odwiedzających te ostatnie. Ośrodek zastrzega sobie możliwość obciążenia karty kredytowej Gościa za wyrządzone szkody po jego wyjeździe.
3. W przypadku naruszenia postanowień Regulaminu, Ośrodek może odmówić świadczenia usług osobie, które je narusza. Osoba taka zobowiązana jest do niezwłocznego zastosowania się do żądań Ośrodka, uregulowania należności za dotychczasowe świadczenia, do zapłaty za ewentualne zniszczenia oraz do opuszczenia Ośrodka.
4. Każdorazowo opuszczając pokój Gość powinien ze względów bezpieczeństwa wyłączyć telewizor, zgasić światło, zamknąć krany oraz sprawdzić zamknięcie drzwi. Naruszenie tego obowiązku w wypadku wyrządzenia szkody skutkować może zwolnieniem Ośrodka z odpowiedzialności.

20. The sauna should be used completely naked and the body wrapped in a dry towel, the swimsuit retains sweat on the body and may cause skin irritation.
21. The sauna can be used only in the company of another person, which will allow for immediate help in the event of feeling unwell.
22. It is forbidden to use the sauna under the influence of alcohol or other substances that reduce the body's efficiency.
23. Using the sauna means that the person has read and accepts all the above points of the regulations.

§5 GUESTS' LIABILITY

1. On the Resort premises children below the age of 12 should be under constant supervision of legal guardians. Legal guardians will bear liability for any damage of equipment and technical equipment as a result of actions of children.
2. Resort Guest bears full liability for any damage or destruction of equipment and technical facilities of the Resort caused by the fault of his or his visitors or visitors to the last. The resort reserves the right to charge Guest's credit card for damages after his departure.
3. In the event of a breach of the Terms and Conditions, the Resort can refuse to provide services to the person who violates them. Such a person is obliged to promptly comply with the Resort requests, to make payment for provided services, to pay for any destruction and to leave the hotel.
4. Whenever leaving the room the Guest should, for safety reasons, turn off the TV, turn off the lights, close the taps and check if the door is closed.

§8 ZWROT RZECZYPOZOSTAWIONYCH

1. Przedmioty osobistego użytku pozostawione przez wyjeżdżającego Gościa w pokoju będą odesłane na wskazany przez Gościa adres na jego koszt. W przypadku nie otrzymania takiej dyspozycji Ośrodek przechowa powyższe przedmioty przez okres trzech miesięcy, a po upływie tego okresu przedmioty te przejdą na własność Ośrodka. Ze względu na swoje właściwości artykuły spożywcze przechowywane będą przez okres 24 godzin.

§9 CISZA NOCNA

1. W Ośrodku obowiązuje cisza nocna w godzinach 22:00 do 7:00 dnia następnego.

§10 REKLAMACJE

1. Goście mają prawo do składania reklamacji w przypadku zauważenia uchybień w jakości świadczonych usług.
2. Wszelkie reklamacje przyjmuje Recepcja.
3. Reklamacja powinna być złożona niezwłocznie po zauważeniu uchybień w standardzie świadczonych usług.

§11 POSTANOWIENIA DODATKOWE

1. Za dodatkową opłatą Ośrodek akceptuje zwierzęta w wybranych pokojach, jednakże właściciel zwierzęcia zobowiązany jest do prowadzenia go na uwięzi i w kagańcu na terenie Ośrodka oraz do usuwania wszelkich nieczystości pozostawionych przez zwierzę. Za wszystkie szkody wyrządzone przez zwierzę Gość ponosi pełną odpowiedzialność.
2. W Ośrodku i jego bezpośrednim otoczeniu obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu. W razie nieprzestrzegania zakazu do kosztu pobytu zostanie doliczony koszt czyszczenia pokoju wynoszący 200 zł.
3. W pokojach nie można przechowywać ładunków niebezpiecznych, broni i amunicji, materiałów łatwopalnych, wybuchowych ani iluminacyjnych.
4. Gość wyraża zgodę na przetwarzanie i przechowywanie danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych (j. t. Dz. U. Z 2002 r. Nr 101, poz. 926; ze zm.) przez Ośrodek Wczasów Odmładzających i Odchudzających Czapielski Młyn ELF---MASKEWITZ, Przewóz 44, 83--- 324 Brodnica Górna, NIP: 1231030728 REGON: 915817896 dla potrzeb niezbędnych do realizacji pobytu Gościa w Ośrodku, korzystania przez Gościa z pozostałych usług świadczonych przez Ośrodek. Gość ma prawo do wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.

§8 RETURN OF LEFT OBJECTS

1. All personal belongings left in the room by departing Guest will be mailed to the address indicated by the Guest at his/her cost. If the Resort does not receive such disposition, the Resort will store these items at the expense of the owner for a period of three months, and after this period, these items will become the property of the Resort. Due to their properties, groceries will be kept for a period of 24 hours.

§9 NOISE CURFEW

1. The hotel nights silence is between 10:00 p.m. and 7:00 a.m. of the next day.

§10 COMPLAINTS

1. Guests have the right to file complaints if they notice deficiencies in the quality of services rendered.
2. All complaints should be made at the Reception.
3. All complaints should be submitted immediately after noticing the deficiencies in the standard of services rendered.

§11 ADDITIONAL PROVISIONS

1. For additional charge pets are allowed in some rooms, but the owner of the animals is obliged to keep it on a leash in the resort and to remove any little left behind by the animal. All damages will be cover by owner of the animal.
2. In the resort and its immediate surroundings is completely non-smoking area. In the event of non-compliance with the ban, cost of cleaning the room amounting to 200 PLN will be added to the price of stay.
3. In the hotel rooms Guests cannot store dangerous objects, weapons and ammunition, flammable, explosive or illumination materials.
4. Guest agrees to the processing and storage of personal data in accordance with Law on Protection of Personal Data (Journal of Laws from 202, Nr 101 item 926; as amended) by Ośrodek Wczasów Odmładzających i Odchudzających Czapielski Młyn ELF---MASKEWITZ, CM DETOX, Przewóz 44, 83---324 Brodnica Górna, NIP: 1231030728 REGON: 915817896 for the purpose of the stay of the Guest at the Resort, and the use by the Guest of the other services provided by the resort. The Guests have the right to access their personal data and correct it.

5. Zakazuje się prowadzenia w Ośrodku akwizycji i sprzedaży obnośnej, jak również działalności hazardowej.
 6. Zakazuje się wywoływania nadmiernego hałasu na terenie Ośrodka, powodowania wydostawania się nieprzyjemnych zapachów z pokoju, jak również przeszkadzania w inny sposób, szkodenia, czy utrudniania pobytu pozostałym Gościom Ośrodka.
 7. Poza nieznacznym przestawieniem mebli i wyposażenia nie naruszającym ich funkcjonalności i bezpieczeństwa korzystania, zabronione jest dokonywanie w pokojach jakichkolwiek zmian oraz zmian w ich wyposażeniu.
-
5. It is prohibited to engage in the acquisition and selling activities, as well as gambling activities.
 6. Guest will not cause and the Resort will allow excessive noise on the resort premises, emit odors from the hotel room, or in any other way disturb, harm or irritate other resort Guests.
 7. Beside slight rearrangement of furniture and equipment not affecting their functionality and safety of use, Guests are not allowed to make any changes to the rooms and their equipment.