



HOT TUB RULES

REGLAMENTO DE TINA DE HIDROMASAJE

The lifeguard has the authority to stop any unsafe behavior, enforce all rules, swim test any swimmer and ask those not in compliance with the policies to leave the pool area. | El salvavidas tiene la autoridad para detener cualquier comportamiento inseguro, hacer cumplir todas las reglas, poner a prueba la capacidad de nadar de cualquier nadador y pedir a aquellos que no cumplan con las reglas que salgan del área de la piscina

Hot Tub: Maximum Temperature: 98°F – 102°F

Tina de hidromasaje: Temperatura máxima 36.7 – 38.9°C

Time Limit: 10 Minutes

Tiempo máximo: 10 minutos

- **Appropriate swim attire is required.** | Se requiere de ropa para nadar apropiada.
- **Shower before using the hot tub.** | Ducharse antes de usar el jacuzzi.
- **Diving or jumping into the hot tub is prohibited.** | Está prohibido realizar clavados o brincar en el jacuzzi .
- **Cell phones are prohibited.** | Están prohibidos los teléfonos celulares.
- **Must be at least 18 years old.** | Debe tener por lo menos con 18 años de edad.
- **Use of body lotions, oils, or suntan lotions is prohibited.** | Está prohibido el uso de lociones corporales, aceites o bronceadores.
- **Members who feel faint or dizzy should exit immediately.** | Los miembros que sientan desmayo o mareo deben salir de inmediato.
- **No supervision of children from inside the hot tub.** | No hay supervisión de los niños dentro del jacuzzi.
- **Use NO MORE THAN 10 MINUTES. Long exposure may result in nausea, dizziness or fainting.** | No USARSE MÁS DE 10 MINUTOS. Una larga exposición puede causar náusea, mareo o desmayo.
- **Due to the high heat, use of the hot tub increases pulse rate and body temperature and changes blood pressure. Individual effects are unpredictable and could be physically hazardous.** | Debido a la alta temperatura, el uso del jacuzzi aumenta el pulso, la temperatura y cambia la presión sanguínea. Las consecuencias a nivel personal son impredecibles y pueden ser físicamente peligrosas.
- **Wait AT LEAST 5 MINUTES after exercising to cool down before entering. DO NOT EXERCISE in the hot tub.** | Espere AL MENOS 5 MINUTOS después de hacer ejercicio para enfriarse y poder entrar. NO HACER EJERCICIO en el jacuzzi.
- **Altering controls, shaving, food and drink (other than water) are not permitted.** | No está permitido alterar los controles, rasurarse, comer y beber (aparte de agua).
- **No glass containers.** | No se permiten los contenedores de vidrio.
- **The hot tub will close for thunder and lightning storms.** | El jacuzzi se cerrará durante relámpagos tormentas eléctricas.

Individuals at high risk (pregnant women; individuals taking prescription medicine; those with elevated blood pressure, circulatory deficiencies, diabetes, heart disease, emotional disorders, or history of seizures or epileptic seizures; individuals prone to dizziness or lightheaded episodes; and those under the influence of alcohol or recreational drugs) should be advised not to use the hot tub unless authorized by a physician. | A las personas con alto riesgo (mujeres embarazadas, personas que toman medicamentos recetados, personas con presión arterial elevada, con deficiencias circulatorias, diabetes, enfermedades del corazón, trastornos emocionales o antecedentes de convulsiones o convulsiones epilépticas, personas expuestas a mareos o aturdimiento, así como aquellas bajo influencia del alcohol o de drogas recreacionales) se les aconseja no utilizar la tina de hidromasaje a menos que cuente la autorización de un médico.