

FAQ SAUN'ICE

RÉSERVATION & ORGANISATION

1. COMMENT RÉSERVER UNE SÉANCE SAUN'ICE ?

La réservation se fait exclusivement en ligne sur notre site.

Choisissez :

- votre lieu ;
- la date ;
- l'horaire ;
- puis finalisez le paiement.

IMPORTANT : Une fois le paiement validé, vous recevez immédiatement un e-mail de confirmation.

Si vous ne le recevez pas sous quelques minutes (vérifiez vos courriers indésirables), contactez-nous aussitôt par téléphone ou par e-mail.

2. DOIS-JE OBLIGATOIREMENT RÉSERVER À L'AVANCE ?

Oui.

Saun'Ice fonctionne sur réservation afin de garantir un espace privatif.

Nous conseillons de réserver à l'avance, particulièrement pour :

- les week-ends ;
- les périodes de vacances.

3. COMBIEN DE TEMPS DURE UNE SÉANCE ?

Une séance dure 2 heures.

Ce temps vous permet de profiter du sauna, d'alterner chaleur et fraîcheur, et de vous reposer sans précipitation.

4. LE SAUNA EST-IL PRIVATIF ?

Oui, c'est le principe même de Saun'Ice.

Vous profitez du sauna en toute intimité avec vos accompagnants.

Aucun inconnu ne partagera l'espace.

5. COMBIEN DE PERSONNES PEUVENT VENIR DANS UN SAUNA ?

La capacité maximale est de 8 personnes pour tous nos saunas.

6. PUIS-JE VENIR SEUL(E) ?

Oui, sous réserve des conditions du lieu choisi.

C'est l'occasion idéale pour un moment de déconnexion totale.

7. QUE SE PASSE-T-IL SI J'ARRIVE EN RETARD ?

Tout retard d'arrivée est imputable au client.

La séance se termine à l'heure initialement prévue afin de respecter les réservations suivantes.

ATTENTION : La durée ne sera pas prolongée et AUCUNE COMPENSATION, REMBOURSEMENT OU REPORT ne sera accordé pour le temps de sauna non utilisé.

8. PUIS-JE MODIFIER OU ANNULER MA RÉSERVATION ?

Oui.

Un remboursement est possible (frais de transaction déduits) ou un report gratuit de votre réservation à une date ultérieure.

VOTRE PREMIÈRE EXPÉRIENCE SAUN'ICE

9. JE N'AI JAMAIS FAIT DE SAUNA. EST-CE ADAPTÉ AUX DÉBUTANTS ?

Absolument !

Aucune expérience n'est requise. Écoutez votre corps.

IMPORTANT : Pour l'immersion en eau froide, il est fortement conseillé de consulter votre médecin au préalable.

SUR PLACE : Un mode d'emploi complet est affiché dans le sauna :

- déroulement ;
- utilisation du poêle à bois ;
- consignes de sécurité.

10. COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE ?

À votre arrivée, le sauna est déjà chaud.

Vous n'avez plus qu'à profiter de votre séance en suivant le mode d'emploi et les consignes de sécurité disponibles directement à l'intérieur du sauna.

11. QUELLE TEMPÉRATURE FAIT-IL DANS LE SAUNA ?

Dans les saunas chauffés au bois :

La température peut atteindre 110°C, permettant ainsi de pratiquer le véritable rituel du sauna

finlandais et l'Aufguss (projection d'eau sur les pierres).

La température se règle manuellement via les entrebâilleurs de porte.

À Port Gitana (sauna électrique) :

La chaleur est fixée selon votre choix lors de la réservation et ne peut être modifiée durant la séance.

La température peut varier entre 70°C et 100°C.

12. COMBIEN DE TEMPS FAUT-IL RESTER DANS LE SAUNA ?

Il n'y a pas de durée idéale unique.

Pour une première fois, privilégiez des passages courts.

Sortez dès que vous vous sentez moins à l'aise.

13. FAUT-IL FAIRE PLUSIEURS PASSAGES ?

Pas du tout.

Vous êtes libre de votre rythme.

Une seule séance de chaleur peut suffire.

14. COMMENT UTILISER LE SAUNA ?

Lors de votre réservation, vous recevez déjà un e-mail explicatif.

De plus, une fois sur place, le mode d'emploi ainsi que les consignes de sécurité sont fournis directement à l'intérieur du sauna.

SÉCURITÉ & ÉQUIPEMENTS

15. QUELS ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ SONT DISPONIBLES ?

Votre sécurité est notre priorité.

Chaque sauna est équipé du matériel suivant, accessible et clairement identifié :

- Un extincteur en état de validité.
- Une couverture anti-feu pour étouffer tout départ d'incendie.
- Des gants de sécurité résistants à la chaleur, obligatoires pour manipuler le bois et ouvrir la porte du poêle.
- Un tapis ignifuge positionné devant la porte du poêle pour protéger le sol des braises.

Merci de respecter strictement les consignes d'utilisation de ces équipements.

16. PEUT-ON SE Baigner DANS LE LAC ?

Le sauna se trouve à proximité immédiate du lac ou du Rhône.

L'immersion est facultative : chacun doit s'écouter et décider selon son ressenti.

17. EST-IL OBLIGATOIRE DE SE Baigner DANS LE LAC ?

Non, absolument pas.

L'immersion est laissée à votre bon vouloir.

NOTE : Un avis médical est conseillé par prudence avant toute immersion froide.

18. PEUT-ON ALTERNER SAUNA ET Baignade ?

Oui, si les conditions le permettent.

Ne vous imposez jamais une immersion froide si vous ne vous sentez pas à l'aise.

19. EST-CE QUE LA Baignade EST POSSIBLE PENDANT LA PÉRIODE HIVERNALE ?

Oui, le sauna est ouvert en hiver ; les conditions y sont même idéales.

PRUDENCE : Un avis médical préalable est fortement conseillé pour les débutants en hiver.

Peut-on pratiquer le sauna à la nordique chez Saun'Ice ?

Oui. Vous pouvez alterner les périodes de chaleur dans le sauna avec des moments de fraîcheur à l'extérieur et, lorsque les conditions le permettent, une immersion en eau froide dans le lac ou le Rhône.

Lors de tout déplacement entre le sauna et l'eau, il est impératif de se couvrir avec un linge, un poncho ou un peignoir. Cette règle vise à respecter les personnes pouvant se trouver à proximité du sauna ou sur la plage.

Le respect de cette consigne permet à chacun de profiter de l'expérience en toute sérénité et contribue à donner une image positive, respectueuse et responsable du sauna à la nordique et de l'immersion en eau froide.



QUE FAUT-IL APPORTER ?

20. QUE DOIS-JE APPORTER ?

Prévoyez :

- maillot de bain ;
- tongs ;
- bouteille d'eau ;

- vêtements chauds.

SERVIETTES (IMPÉRATIF) :

Vous devez apporter deux serviettes en coton par personne :

1. Une pour le corps (à poser sur les bancs).
2. Une pour mettre sous les pieds (afin de protéger votre corps de la chaleur du bois et de protéger le bois contre la sueur).

21. LES SERVIETTES SONT-ELLES FOURNIES ?

NON.

Les serviettes ne sont pas fournies.

Il est impératif d'apporter votre propre linge de toilette en coton.

RIEN N'EST MIS À DISPOSITION SUR PLACE.

22. PUIS-JE APPORTER MANGER ET BOIRE ?

Aucune nourriture n'est autorisée à l'intérieur du sauna et des vestiaires.

Uniquement de l'eau est permise.

23. PUIS-JE UTILISER MON TÉLÉPHONE ?

Déconseillé.

La chaleur peut endommager les appareils.

Profitez d'une pause numérique.

SANTÉ & SÉCURITÉ

24. LE SAUNA EST-IL ADAPTÉ À TOUT LE MONDE ?

En cas de problème de santé, grossesse ou doute, demandez conseil à votre médecin avant votre séance.

25. PEUT-ON BOIRE DE L'ALCOOL ?

Fortement déconseillé avant et pendant la séance en raison des risques de déshydratation et de malaises.

26. FAUT-IL BOIRE DE L'EAU ?

Oui, impérativement, avant et après la séance.

27. QUE FAIRE EN CAS DE MALAISE ?

Sortez immédiatement, mettez-vous au frais et hydratez-vous.

Ne retournez pas dans le sauna tant que vous n'êtes pas rétabli.

28. PEUT-ON VENIR EN FAMILLE ?

Oui.

IL N'Y A PAS D'ÂGE MINIMUM, à condition que les enfants soient IMPÉRATIVEMENT ACCOMPAGNÉS ET SURVEILLÉS EN PERMANENCE par un parent ou responsable légal.

29. ÉVÉNEMENTS PRIVÉS (ANNIVERSAIRE, EVJF...) ?

Oui.

Contactez-nous pour organiser votre événement.

30. ÉVÉNEMENTS D'ENTREPRISE ?

Oui.

Contactez-nous pour des demandes professionnelles.

ACCÈS & INFOS PRATIQUES

LIEUX

Plusieurs emplacements autour du Léman.

L'adresse est indiquée dans la confirmation.

PARKING

Vérifiez les options de stationnement propres à votre lieu.

ÉQUIPEMENTS (TOILETTES / DOUCHES)

Les équipements sont variables selon les sites.

Les détails sont indiqués dans la confirmation.

ACCESSIBILITÉ PMR

NON.

En raison de la configuration des installations, l'accès n'est malheureusement pas possible pour les personnes à mobilité réduite.

MÉTÉO

LA SÉANCE EST-ELLE MAINTENUE EN CAS DE MAUVAIS TEMPS ?

OUI.

Saun'Ice est ouvert par tous les temps.

Le froid et la neige rendent l'expérience encore plus agréable : effet cocon et vue sur le paysage.
EXCEPTION : Annulation uniquement en cas de danger exceptionnel (alerte météo provenant des autorités cantonales).

BONS CADEAUX

DISPONIBILITÉ

Les bons cadeaux sont disponibles directement sur notre site de réservation.

FONCTIONNEMENT

Le bon est généré et imprimé avec un CODE UNIQUE.

Le bénéficiaire saisit ce code sur www.saunice.ch pour réserver.

VALIDITÉ

Les bons cadeaux sont valables SANS LIMITE DE TEMPS.

LIEUX

Ils sont accessibles dans TOUS les lieux Saun'Ice.

REPORT

Les bons sont valables pour la saison suivante s'ils ne sont pas utilisés dans la saison en cours.