

# REGOLAMENTO SAUNA E PISCINA

## SAUNA & BATHING RULES

# SAUNA BOOT



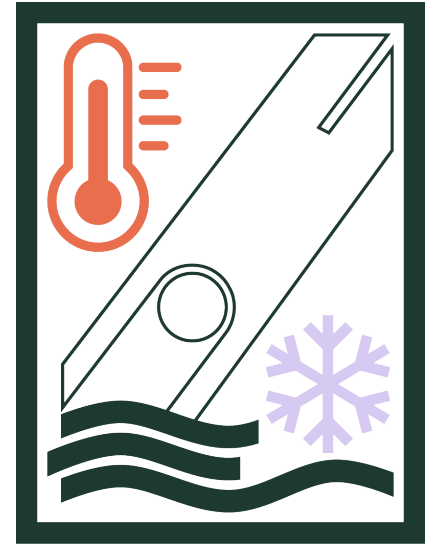
**Fai la sauna e entra in acqua solo se ti senti bene e in buona salute –** Non nuotare mai a stomaco pieno o completamente vuoto.

**Only use the sauna and go into the water if you feel well and in good physical health –** never swim on a full or completely empty stomach.



**Non entrare mai in sauna o in acqua se hai bevuto alcolici o assunto droghe!** I farmaci e le sostanze stupefacenti influenzano il tuo corpo.

**Never enter the sauna or the water whilst under the influence of alcohol or drugs!** Medicines and addictive substances affect your body.



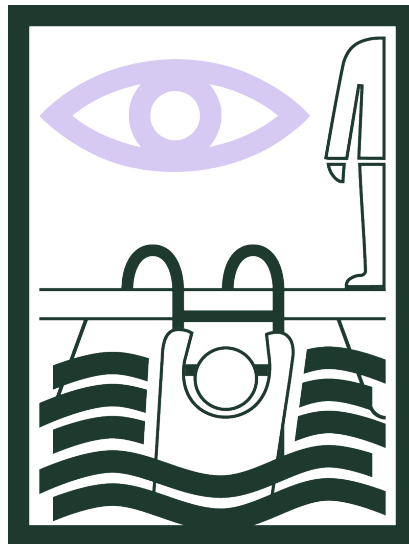
**Non tuffarsi in acqua quando si è accaldati!** Il corpo ha bisogno di tempo per adattarsi.

**Never jump into the water when overheated!** Your body needs time to adjust.



**Respira in modo normale e controllato quando ti rinfreschi nel lago:** l'iperventilazione è pericolosa per la vita.

**Breathe normally and in a controlled manner when cooling off in the lake –** hyperventilating is life-threatening.



**Rinfrescatevi dopo la sauna, ma non da soli:** tenetevi sempre d'occhio a vicenda

**Never cool off alone after the sauna –** always keep an eye on one another.



**Non essere avventato!** Non correre rischi.

**Don't be reckless!** Don't take any risks.



# REGOLE DI BORDO

## BOAT RULES

# SAUNA BOOT



### Rispettare la precedenza:

imbarcazioni con sirena e lampeggiante, navi di linea, navi da carico, pescherecci, velieri, barche a remi, persone, animali.

**Observe right of way** – vessels with blue lights, scheduled services, cargo vessels, commercial fishermen, sailing vessels, rowing boats, people, animals.



### Non ostacolare la navigazione:

scegliere ormeggi al di fuori delle rotte dei battelli di linea. In caso di incertezza, utilizzare la boa indicata.

**Do not obstruct shipping:** choose moorings outside the scheduled ferry routes. If in doubt, use the buoy indicated.



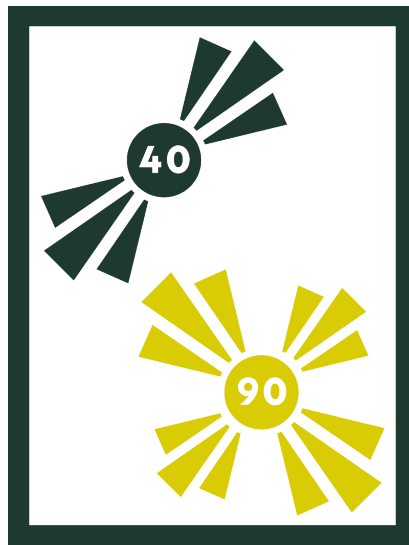
**Rispettare una distanza minima di 50 m dagli altri!** I punti di ormeggio devono essere scelti in modo da non ostacolare la navigazione.

**Maintain a minimum distance of 50 m from others!** Choose mooring places so as not to obstruct shipping.



**Ci deve essere sempre almeno una persona a bordo,** pronta in ogni momento a manovrare l'imbarcazione.

**At least one person must always remain on board** – ready to maneuver the boat at any time.



**Prestare attenzione agli avvisi di vento forte e tempesta!** In caso di avviso di tempesta, rientrare immediatamente in porto.

**Pay attention to strong wind and storm warnings!** In case of a storm warning, return to the harbor immediately.



**Non fare mai il bagno con il motore acceso!** Mantenere una distanza minima di 2 m dal motore. Non correre rischi.

**Never swim whilst the engine is running!** Maintain a minimum distance of 2 m from the engine. Do not take any risks.

