

Huisregels

Wanneer u bij ons te gast bent zullen wij er alles aan doen om uw verblijf zo ontspannen en plezierig mogelijk te maken. Voor een onvergetelijke beleving verzoeken wij u vriendelijk onderstaande huisregels te respecteren.

- **Alleen stilte geeft rust.** Wij willen deze wens en de stilte graag respecteren. Wilt u bijkletsen? Dat kan in onze Panorama sauna, boven het zwembad met de waterval –van woorden-, in onze restaurants en op het terras.
- Zowel gewenste als ongewenste intimiteiten worden niet getolereerd.
- Mobiele telefoons & video/foto apparatuur zijn niet toegestaan.
- Voor eigendommen die u bij u wilt houden tijdens uw bezoek, ontvangt u een tasje van ons. Het is niet toegestaan eigen tassen mee de Spa & Wellness in te brengen.
- Uit hygiënisch oogpunt wordt er in Fort Resort Beemster geen badkleding gedragen, behalve op de daarvoor bestemde badkledingdagen.
- Wij vinden het fijn en discreet als u buiten de baden, sauna's, douches en over de staptegels naar het eiland uw badjas draagt. Bij warm weer is een omslagdoek toegestaan. In het restaurant is het dragen van een badjas en slippers verplicht.
- Voor uw veiligheid en hygiëne is het dragen van badslippers verplicht, met uitzondering in de cabines.
- Tijdens het wisselen en betreden van baden of sauna's is het uit hygiënisch oogpunt verplicht om eerst te douchen.
- In de sauna's verzoeken wij u vriendelijk om met uw hele lichaam op uw handdoek plaats te nemen. Wij verzoeken u de handdoek niet te gebruiken om de bedden te reserveren of deze in sauna's achter te laten.
- Mocht u eigendommen van een andere gast vinden, aarzel dan niet om deze direct aan een van onze medewerkers af te geven.

- Wij verzorgen graag de inwendige mens. Het consumeren van zelf meegebracht eet- en drinkwaar is niet toegestaan.
- Roken is enkel toegestaan in de speciale rokersruimte. (nr.7)
- Persoonlijke verzorging, zoals scheren of tandenpoetsen, is niet toegestaan.
- Drugsgebruik is niet toegestaan.
- Vanaf 16 jaar is iedereen welkom onder begeleiding van een volwassene. Op de familie ochtend zijn kinderen vanaf 6 jaar welkom.
- Ondanks onze uiterste inspanning om uw verblijf zo aangenaam en zorgeloos mogelijk te maken, kunnen wij niet aansprakelijk gesteld worden voor diefstal, vermissing of schade aan uw eigendommen.
- Voor uw eigen veiligheid worden de opgietingen door onze saunameester verzorgd. Deelname aan opgietingen en overige activiteiten geschiedt altijd op eigen risico.
 - Voor de veiligheid van al onze gasten hebben wij een gesloten camerasysteem. De camerabeveiliging stelt ons in de mogelijkheid om u als onze gast zoveel mogelijk te beschermen. Wanneer u Fort Resort Beemster betreedt, wordt u attent gemaakt op deze preventieve beveiliging. Uiteraard houden wij ons aan de privacywet, waarin wordt gesteld dat de beelden 48 uur mogen worden bewaard.
- Het betreden van Fort Resort Beemster is op eigen risico.
- Door het betreden van onze faciliteiten gaat u akkoord met onze voorwaarden en huisregels.

Bij enige twijfel over de toepasbaarheid van het bovenstaande, behouden wij ons het recht voor om u de toegang direct te ontzeggen.

FORT RESORT BEEMSTER

Tijd speelt geen rol

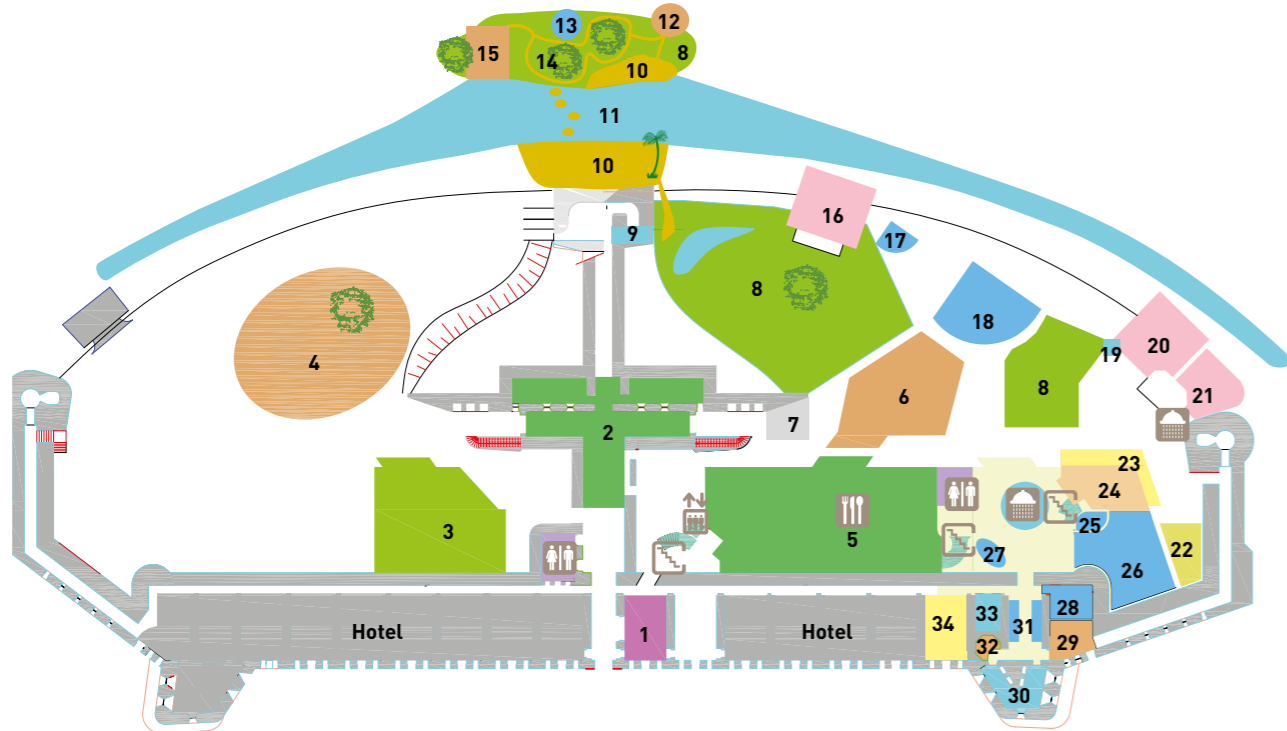


FORT RESORT BEEMSTER

wellness hotel restaurant

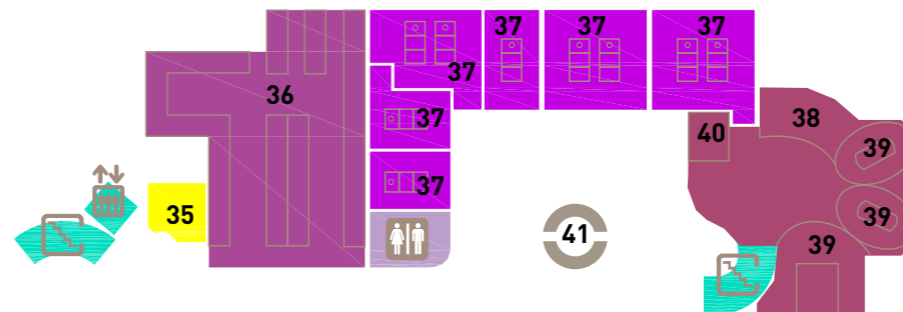
Nekkerweg 24, 1461 LC Zuidoostbeemster
www.fortresortbeemster.nl

Plattegrond begane grond








- | | | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|------------------------------|
| 1. Receptie | 9. Regendouche | 17. Whirlpool buiten | 25. Whirlpool binnen |
| 2. Poterne restaurant | 10. Zandstrand | 18. Buitenzwembad | 26. Binnenzwembad |
| 3. Fort zaal (conferentie/trouw) | 11. Natuurlijke zwembijver | 19. Koud dompelbad | 27. Voetenbad |
| 4. Lounge terras Poterne restaurant | 12. Meditatieruimte | 20. Kelosauna 85° | 28. Kruidenbad |
| 5. Wellnessrestaurant | 13. Warmwaterbron | 21. Himalaya zoutsteensauna 65° | 29. Vleermuis sauna 95° |
| 6. Terras wellness | 14. Blote voetenpad | 22. Zoutwaterbad | 30. Douche belevenis |
| 7. Rokerslounge | 15. Yoga shala | 23. Panorama sauna 75°(praatsauna) | 31. Koud en warm doorloopbad |
| 8. Ligweide | 16. Houtgestookte kelosauna 105° | 24. Rustruimte waterbedden | 32. Infraroodsauna |

Plattegrond Souterrain



- | |
|------------------------|
| 33. Beemster stoombad |
| 34. Rustruimte |
| 35. Zonnebank |
| 36. Kleedruimte |
| 37. Behandelruimtes |
| 38. Rassoulruimte |
| 39. Hammam |
| 40. Hammam stoomcabine |
| 41. Spa receptie |

-  Trappenhuis
-  Lift
-  Restaurant
-  Toilet
-  Douches

Saunaronde

- 1. Douchen**
Start uw saunaronde met een warme douche om vervolgens, schoon en voorverwarmd aan de saunaronde te beginnen.
- 2. Afdrogen**
Droogt u zich goed af want een droge huid transpireert beter.
- 3. Warm voetbad**
Een warm voetbad vóór de sauna stimuleert het transpireren.
- 4. Sauna**
In de sauna's verzoeken wij u vriendelijk om met uw hele lichaam op uw handdoek plaats te nemen. Indien u voor het eerst naar de sauna gaat, luister dan goed naar uw lichaam. Neem wanneer nodig plaats op de onderste bank. Hoe hoger de bank, hoe hoger de temperatuur. Liggend voelt u de warmte gelijkmatig. De laatste twee minuten kunt u echter beter gaan zitten. Hierdoor went uw bloedsomloop aan de verticale houding en zal het bloed, als u opstaat, niet naar de benen zakken.
- 5. Afkoelen**
Als u uit de saunacabine komt, gaat u eerst de buitenlucht in voor een luchtbad. Uw lichaam heeft nu zuurstof nodig en de buitenlucht koelt de longen af. Afkoelen kunt u verder op een prettige wijze doen met de waterslang, het is belangrijk hierbij naar het hart toe te werken. Voordat u gebruik maakt van het koude dompelbad is het altijd verplicht om te douchen. Let op bij hoge bloeddruk.
- 6. Warm voetbad**
In aansluiting op de afkoelingen neemt u plaats in het voetenbad. Uw lichaam zal daardoor van top tot teen behaaglijk opwarmen.
- 7. Rust**
Een aansluitende rustpauze van circa 15 minuten zal ontspanning bewerkstelligen en u het gevoel geven weer helemaal bij te komen. Vervolgens kunt u in rustig tempo het saunabad herhalen.