



**Den grønne lagune**  
**Vinterbadning på Køge Marina**  
**Ordensreglement 2025-2026**

**Her må du:**

- Bade
- Hygge dig
- Få det kolde gys
- Slappe af
- Blive ophedet
- Trække den friske luft helt ned i lungerne.

***OBS!***

**Læs Ordensreglement inden du køber et armbånd, der giver adgang til saunaen.**

**Benyttelse af Den grønne lagune sker på eget ansvar.**





## Ordensregler - Information

- Armbånd der giver adgang til omklædning og sauna. Det kan købes på Køge Marinas Havnekontor. Åbningstider er hverdage 8-12.
- Kvinder har sort armbånd. Mænd har hvidt armbånd. Farven skifter hvert år
- Armbånd kan bruges i sæsonen fra 1. oktober til 30. april. Pris på armbånd ses på opslag og på hjemmeside. Der er samme pris for børn.
- Ved køb af armbånd accepterer man vilkårene i Ordensreglementet, der er opslået ved Havnebadet, ved Havnekontoret og på [www.koegemarina.dk](http://www.koegemarina.dk).
- Købte armbånd refunderes ikke og de må ikke sælges videre.
- **Dit armbånd er personligt** og må **ikke** overdrages til andre.
- Man må **ikke** tage gæster, venner eller børn med ind i Den grønne lagune. (1 armbånd = adgang for 1 person).
- Du skal altid have dit personlige armbånd på, når du opholder dig i Den grønne lagune. Har du glemt armbåndet, kan du IKKE besøge sauna og omklædning. Selve Havnebadet er åbent for personer uden armbånd.
- **Åbningstider** alle dage kl. 6.00 til 22.00. (Ovnen slukker kl. 21.45).
- **OBS! Sauna og omklædning er lukket på grund af rengøring kl. 13.00-14.00** på hverdage. Respekter venligst dette!!
- Koldvandsbruser forefindes mellem omklædningsrummet og saunaen. Det er ikke tilladt at bruge sæbe/shampoo.
- Nærmeste toilet er i nabobygning.
- Køge Marina fraskriver sig økonomisk ansvar for midlertidig lukning af sauna pga. hærværk, strømnedbrud, vejrlig, pandemi og force majeure.
- Kontakt evt. Havnekontoret på tlf. 56 66 16 89
- **Alarm – ring 112**, oplys redningsnummer **J-850** (som din position).

## Ordensregler for sauna

- **Adgang til sauna er kun for personer med gyldigt armbånd på armen.**
- Det er **ikke** tilladt at åbne for personer uden armbånd, dette vil medføre bortvisning og inddragelse af armbånd.
- **Brugsanvisning:** Hold dit armbånd foran kort-læseren i saunaen før omklædning (for at starte opvarmning). Saunaen går på hvilevarme (40 grader) efter 20 min.
- Du skal **altid** have dit armbånd på, når du benytter sauna og omklædning.
- Bad **ALTID** i havet eller under bruseren inden du går i sauna.
- Man skal medbringe et **sugende** håndklæde til at sidde på eller have om sig i saunaen (skumplader mv kan ikke bruges). Og **HUSK** også et håndklæde til dine fødder.
- Man skal være iført badetøj i saunaen.
- Gør ikke noget der kan krænke andres blufærdighed.
- Vis hensyn – hold din sved for dig selv, brug dit håndklæde.
- Barbering og andre former for soignering er ikke tilladt i saunaen af hygiejniske grunde.
- Efterlad venligst alle former for fodtøj udenfor saunaen. Benyt strømpe hvis du har fodvorter/fodsvamp.
- Samtale bør foregå afdæmpet af hensyn til muligheden for ro og afslapning. Er i to der vil samtale, bedes I sætte jer ved siden af hinanden.
- Hjælp med at holde orden - og ryd op efter dig selv.
- Det er ikke tilladt at nyde mad og drikke i saunaen. **Indtagelse af alkohol** medfører bortvisning og inddragelse af armbånd.
- Drikkedunk kan sættes i vindfang.
- Hæld ikke vand, æteriske olier mv. på sten eller ovn da føler/ovn går itu.
- Saunaen er fotofrit område.
- Max 18 personer i saunaen på en gang.
- Overtrædelse af nærværende reglement kan medføre inddragelse af armbånd uden tilbagebetaling.
- Køge Marina fraskriver sig økonomisk ansvar for midlertidig lukning af sauna pga. hærværk, strømnedbrud, tekniske problemer, vejrlig, pandemi og force majeure.



## Ordensregler for omklædningsrum

- Adgang til omklædning er **kun** for personer iført personligt gyldigt armbånd. Hold dit armbånd foran kort-læseren for at få adgang.
- Åbningstid i omklædning er kl. 5.45 – kl. 22.15.
- Det er **ikke** tilladt at åbne for personer uden armbånd, dette vil medføre bortvisning og inddragelse af armbånd.
- Armbånd skal altid bæres og forevises på forlangende til personale, ambassadører og opsynsfolk.
- Man har selv ansvar for opsyn med sine værdigenstande og ejendele. Der henstilles til at man benytter lås bare skabe i midtergang. HUSK egen hængelås.
- Aflåste skabe, hvor ejer af hængelåsen ikke er til stede, vil blive klippet op.
- Lokalerne er kun beregnet til omklædning. Unødigt ophold er ikke tilladt.
- Benyt gerne håndsprit ved indgangen til omklædning.
- Det er ikke tilladt at nyde mad og drikke i omklædningsrummene.
- Samtale bør foregå afdæmpet af hensyn til muligheden for ro og afslapning.
- Barbering og andre former for soignering er ikke tilladt i omklædningsrum af hygiejniske grunde.
- Ryd op, hold orden og **brug altid svaberen efter dig selv**.
- Omklædningsrummet er fotofrit område.
- Overtrædelse af nærværende reglement kan medføre inddragelse af armbånd uden tilbagebetaling.
- Køge Marina fraskriver sig økonomisk ansvar for midlertidig lukning af sauna pga. hæværk, strømnedbrud, tekniske problemer, vejrlig, pandemi og force majeure.

## Køge Marina – Køge Kommune

