I**I EDYCJA SOMMER RELAX CUP**

Po porządnym grzaniu na Hot Sommer , zabawie w zielarzy , druidów , mistrzów banii na Sommer Banya Cup, czas na relaks i odprężenie na Sommer Relax Cup.

Oczekujemy od Was seansów spokojnych, relaksujących, odprężających, zamykających muzykę ,zapachy ,temat ,ubiór ,techniki wachlowania w jedna harmonijną całość. Aby nadać seansom właściwy dla zawodów charakter, zwróćcie uwagę na wszelkie elementy które mogą zakłócić u widzów stan wyciszenia i relaksu jak wszelkiego rodzaju hałasy spowodowane używaniem przyrządów do przeprowadzania seansów,strzały recznikami itp.

**1 Profesjonalizm BAZA 7pkt.**

Aby uzyskać 7 pkt. bazowych od zawodnika oczekuje się:

- przekręcenia klepsydry, wyraźnego przedstawienia się i przedstawienia zasad poprawnego sanowania (całe ciało na ręczniku, w każdej chwili można saunę opuścić, po wyjściu najpierw prysznic później schłodzenie ciała od stóp w kierunku serca i odpoczynek ), i sprawdzenia czy są one przestrzegane(dotyczy pobytu w saunie).

-przedstawienia tematu seansu, podania czasu trwania ceremonii i użytych zapachów, poproszenia publiczności o nie klaskanie w trakcie jak i po zakończeniu seansu, ze względy na relaksacyjny charakter ceremonii ( jeśli po mimo tej prośby publiczność będzie klaskała punkty nie będą odejmowane). Zapowiedz ma być powiedziana samodzielnie, nie czytana z kartki, nie puszczana z głośników.

 -dyskretnego obcierania się z potu,

-niedopuszczalne jest machanie ręcznikiem służącym do wycierania ,częściami garderoby, jak również ręcznikiem lub przedmiotem służącym do wachlowania który leży bezpośrednio na podłodze (podłoga jest przyjęta jako nieczysta wiec rzeczy służące do rozprowadzania ciepła nie mogą mieć z nią kontaktu) , chlapanie własnym potem na uczestników, picie wody z elementów służących do polewania jest zabronione.

-niedopuszczalne jest pozostawianie rzeczy na drodze wyjścia z sauny, należy umożliwić klientom wyjście z sauny podczas trwania seansu w przypadku złego samopoczucia lub innych zaistniałych sytuacji zagrażających bezpieczeństwu przebywających w saunie gościom, nawet wtedy jeśli będziemy musieli przerwać seans

- zabronione jest wnoszenie jakichkolwiek szklanych , ceramicznych lub łatwo tłukących się elementów do sauny, używanie ostrych, niebezpiecznych narzędzi.

-zmieszczenia się w czasie 10-15 min, czas mierzony od momentu wejścia za drzwi sauny do momentu wyjścia saunamistrza z sauny. Dopuszcza się otwieranie drzwi sauny w trakcie trwania seansu przez saunamistrza, celem poprawienia komfortu widzów, dotlenienia, jednak saunamistrz nie może opuścić sauny czyli wyjść poza drzwi.

**PUNKTY DODATKOWE** :

Ciekawa zapowiedz/ wplecenie zapowiedzi w historię od 0 - 1 pkt.

Dobry nie wymuszony kontakt zawodnika z publicznością celem poprawienia komfortu i dobrego nastroju w saunie od 0-1 pkt.

Dobra organizacja pracy w saunie od 0 - 1pkt.

**PUNKTY UJEMNE:**

Niepełna zapowiedz od 0 -1 pkt.

Nieprzekręcenie klepsydry – 0,5pkt

Nieprzestrzeganie zasad higieny od 0 -2 pkt.

Nieprzestrzeganie wytycznych odnośnie bezpieczeństwa w saunie od 0 - 2 pkt.

Odstępstwo czasowe za każdą 1 min – 0,5 pkt przekroczenie dopuszczalnego czasu powyżej 2 min dyskwalifikacja.

Wyjście Saunamistrza w trakcie ceremonii poza saunę -1pkt

**2 SHOW / RELAX BAZA 5 PKT.**

Aby uzyskać 5 pkt. bazowych:

Seans powinien posiadać temat

Dopasowaną muzykę i strój do tematu.

Wywołać u publiczności poczucie harmonii ,spokoju i głębokiego relaksu ale nie nudę ,monotonię i znużenie.

Użycia trzech różnych przedmiotów i /lub technik rozprowadzania ciepła

**PUNKTY DODATKOWE:**

Użycie więcej niż trzech różnych przedmiotów i/ lub technik do rozprowadzania powietrza 0-1pkt

Zgranie tempa rozprowadzania powietrza z podkładem muzycznym 0-1pkt

Przygotowanie atrakcji dla publiczności na czas trwania seansu, wszelkiego rodzaju peelingi , maseczki, odżywki 0-1pkt

Podanie poczęstunku (napoje, przekąski tematycznie związane z seansem) dla publiczności po zakończeniu seansu. 0-1pkt

Wybitna spójność wszystkich elementów seansu mająca wpływ na harmonię ceremonii (temat , ubiór, muzyka, zapachy, temperatura, atrakcje dla publiczności) 0-1pkt

**PUNKTY UJEMNE:**

Nuda i monotonia od 0-1pkt

Zastosowanie mniej niż trzech przedmiotów i/lub technik do rozprowadzania ciepła od 0- 1pkt

Niespójność stroju i muzyki z tematem seansu 0-1pkt

Wszelkiego rodzaju zachowania które mogą zaburzyć spokój ludzi w saunie ( głośne rozbijanie kul, głośne odstawianie wiader, rzeczy do machania, zbyt głośna, źle dobrana muzyka) 0-2pkt

**3 TEMPERATURA BAZA 5 PKT**

Aby uzyskać 5 pkt. Bazowych od zawodnika oczekuje się:

Bezpiecznego i kontrolowanego podnoszenia temperatury, temperatura musi wzrastać stopniowo, bez gwałtownych skoków.

Sprawdzania poziomu odczuwalnej temperatury.

Dbania o równomierne rozprowadzenie temperatury po całej saunie . W przypadku poważnej awarii pieca nie zależnej od zawodnika która ma wpływ na przeprowadzenie seansu zawodnik będzie miał prawo do powtórzenia seansu .

**PUNKTY DODATKOWE**

 Spokojne i komfortowe podnoszenie temperatury 0-1pkt

Reagowanie na zachowanie publiczności w saunie wynikające z podnoszenia temperatury od 0 do 1 pkt.

Umiejętne gospodarowanie wodą i lodem, brak duchoty w saunie 0-1pkt

Nowe, ciekawe techniki, przedmioty służące do rozprowadzania ciepła 0-1pkt

Wyraźna, pozytywna reakcja publiczności z uzyskanej temperatury w saunie 0-1pkt

**PUNKTY UJEMNE:**

Zbyt gwałtowne podnoszenie temp. , skoki temperatury 0-1pkt

Brak wyczuwalnego wzrostu temp. 0-1pkt

Uczucie duszności w saunie 0-1pkt

Zła reakcja publiczności , zbyt gorąco/ za zimno 0-1pkt

**4 ZAPACHY**

Aby uzyskać 5 pkt. Bazowych od zawodnika oczekuje się:

Użycia min. 3 zapachów/ kompozycji zapachowych opartych na naturalnych olejkach eterycznych, dobrze wyczuwalnych i rozpoznawalnych

**PUNKTY DODATKOWE**

Użycie więcej niż 3 zapachów/kompozycji 0-1pkt

Ciekawy sposób podania zapachów 0-1pkt

Użycie własnoręcznie przygotowanych zapachów/ kompozycji zapachowych, witek, herbat ,naparów itp. 0-1pkt

Wyjątkowe dopasowanie zapachów do tematu seansu 0-1pkt

Wyjątkowa , pozytywna reakcja publiczności na zapachy 0-1pkt

**PUNKTY UJEMNE:**

Zła reakcja publiczności np. kaszlenie 0 - 1 pkt.

Słabo wyczuwalne, nie rozpoznawalne lub przedawkowane zapachy 0 -1 pkt.

Użycie mniej niż trzech wymaganych zapachów 0 -1 pkt.

Nie profesjonalne podanie zapachów, brak odpowiedniego nośnika, woda/lód 0-1pkt.

Zawodnik po zakończonym seansie ,krótkim odpoczynku musi w miarę szybko posprzątać saunę tak aby następny zawodnik mógł się w spokoju przygotowywać do swojego seansu. Zawodnicy mogą korzystać z pomocy innych osób tak w trakcie przygotowania do seansu jak i do posprzątania sauny po seansie. Osoby nie uczestniczące w przygotowaniu i pomocy sauna mistrzowi nie powinny przebywać w saunie i w pobliżu tak aby nie przeszkadzać. Godzina startu jest równoznaczna z godziną rozpoczęcia seansu, więc saunamistrz powinien wziąć 2-3min. poprawkę na wpuszczenie osób i usadzenie wygodnie w saunie. Zawodnik ma osobiście zadbać aby wszystko, co potrzebuje do przeprowadzenia seansu, znalazło się odpowiednio wcześniej w saunie , sparowanie głośnika również jest w gestii zawodnika. Jeśli rozpoczęcie seansu opóźni się o 10 min. z ewidentnej winy zawodnika, seans będzie odwołany, a zawodnik zdyskwalifikowany, (chodzi o mniej więcej równy sprawiedliwy czas na przygotowanie się poszczególnych zawodników i dobre przewietrzenie sauny)