

## トレーニング室利用諸注意について

### ①ご利用時間及び入場方法について

#### ・営業時間 9:00～21:30(最終入場時間21:00)

- ・先着順受付、入替制となります。(利用定員20名)  
定員に達している場合は入場待ちとなります。予めご了承ください。
- ・整理券は8:40にメインエントランスで配布いたします。
- ・入場待機場所はトレーニング室前となります。
- ・荷物を置いての順番待ち、場所取りはできません。
- ・入場の際は、運動できる服装に着替え、利用券又は回数券をトレーニング室受付に提出してください。
- ・新型コロナウイルス感染拡大防止のため「感染症対策チェックシート」の記入をお願いいたします。

### ②利用上の諸注意

- ・入場時の検温で37.5度以上の熱がある、または体調不良等の方はご利用できません。
- ・貴重品は貴重品ボックスに預けてください。
- ・運動中は必ずマスクの着用をお願いします。
- ・手指消毒、ソーシャルディスタンス確保、飛沫感染防止に配慮願います。
- ・**更衣室、ロッカーは使用できますが、シャワーのご利用は出来ません。**
- ※トレーニング室への荷物の持ち込みはお断りいたします。(荷物、洋服等はロッカーに入れてください)
- ・室内は内履きシューズで入室ください。
- ・ランニングマシン、クロストレーナーは30分以内のご利用となります。(予約制)
- ・マシン、血圧計、体重計の利用後は必ずご自身で消毒をしてください。
- ・冷水機の利用を中止しております。水分補給用ドリンクは各自でご用意ください。  
ビン、紙パックは持ち込み不可。必ずフタ付きのものをお持ちください。
- ・大きな声での会話、発声はご遠慮ください。
- ・室内での撮影、通話、録音は禁止です。(通話はエントランスでお願いします)
- ・トレーニング器具の持ち込みはできません。
- ・マシン使用中の携帯電話のご利用、操作はお控えください。
- ・インターバル時はマシンから離れてください。
- ※トイレ等一時退室時は必ずスタッフにお声がけください。  
お声がけなく退室された場合、再入場をお断りする場合がございます。

### ③フリーウェイトエリアでは

- ・予約制でのご利用となります。利用者自身で利用前に予約表にご記入ください。
- ・予約時間は1機種15分以内となります。
- ・予約時間においでにならない場合は取消させて頂く場合がございます。
- ・備品の消毒、清掃は利用時間内に済ませてください。
- ・ご予約は1人1機種となるため、補助はできません。また、同時に2機種のご予約はできません。
- ・グループ(2名以上)での利用はできません。利用者間での機種交換、補助はご遠慮ください。
- ・身に付けるグローブ、ベルト、ストラップの持ち込みは可能です。

利用変更は予告無しに行う場合がございます。予めご了承ください。

ご利用者様におかれましてはゆずりあいにご理解、ご協力をよろしくお願い申し上げます。