

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

2023年4月1日(土)より3時間の利用制限となります。

・**営業時間 9:00～21:30(最終入場時間21:00、退館21:30)**

・先着順受付、入替制となります。(利用定員30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。

・開館後の8:45より順次トレーニング室受付で入室受付簿への記入をお願いします。

・定員を満たしている場合の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、当日券又は利用券又は回数券を受付に提出してください。

・感染症拡大防止のため「**施設利用のお願い**」の**事前確認**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。

・**お着換えは、大体育室横更衣室をご利用ください。**

※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。

・トレーニング室内で**ご利用された物すべて使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予約が必要な利用機種

■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。

■ダンベルエリア、スミスマシン、ケーブルマシンは**15分以内**のご利用となります。

※利用者自身で予約ボードにご記入ください。

・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。

・フリーウエイトエリア(ダンベル、スミスマシン、ケーブルマシン)について

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**複数機種**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。