

トレーニング室 利用条件

R3.12月 改訂

◎ 利用時間

★ 利用時間 9：00 ～ 22：00（予約は出来ません。）

★ 1人1日1回とする。

★ 利用時間中は常時換気をする。

★ 個人券・回数券の1回のご利用は4時間までとなります。

ただし、利用規約の利用心得にあるようにトレーニングは
1時間を目安に終わるようにお願いします。

特に、利用者が多い時間帯はご協力をお願いします。

・8：30の開館後、施設の利用時間が9：00からとなっているため、
9：00に開錠するまで入室できません。

◎ 利用人数

5人まで（指導員は含めない。ただし、指導員は1人のみとする。）

◎ 利用方法

- ・利用規約の順守をお願いいたします。
- ・受付簿に修了No.と氏名、当日の体調などを記入する。
（体調が優れない方については利用を自粛して頂く。）

・ 利用者個人での利用後の消毒及び換気の徹底。

- ・使用禁止器具の未使用の徹底。
- ・フリーウェイトの利用方法を厳守する。

・ 怪我が発生した場合は自己責任とする。

- ・感染予防のため、私語を慎む。

（マスクについては、トレーニング中は外して構いません。）

ただし、運動中以外はマスク着用をお願いします。）

- ・新規講習は月間スケジュールにより受け付け致します。
前日までに予約をお願いします。

（毎月第2週・第4週の休館日 12：00～13：00、

毎月第3週の休館日 18：30～19：30、 計月3回）