

泉体育館トレーニング室利用案内

トレーニング室利用時間は 3 時間制(受付・更衣などを含めたお時間となっております)

区分	利用時間	受付開始時間
①	9:00～12:00	8:50
②	12:30～15:30	12:20
③	16:00～19:00	15:50
④	19:30～22:30	19:20

日曜・祝日は 21:30 までの利用時間となります。

※お1人様1日1枠までになります。

※区部制限時間の5分前までにはトレーニング室を退室してください。区部制限時間内に退館してください。

※定員に達した場合、途中退室があった場合も追加入室はできません。

- くつ袋は各自でお持ちください。
- ごみはご自身でお持ち帰りください。トレーニング室内のゴミ箱にはマシンのアルコール消毒に使用したペーパーのみとします。
- ご利用者様同士、譲り合っただけのご利用をお願いいたします。
- シャワー室の利用は禁止となります。
- スタッフ及び利用者同士による補助は禁止とします。
- ソーシャルディスタンス(社会的距離)を保ってご利用ください。
- トレーニング室内への私物の持込みは最小限に抑えてください。
- **フリーウェイトコーナー・体重計など測定器具は完全に使用できません。**
- プロテイン等栄養補助食品の持込みはできません。
- **マシン使用制限: 密集回避のためマシンの間隔をあげ、使用台数を制限させて頂いています。**
- マスクを着用しての利用になるため普段の運動強度より下げたご利用を推奨いたします。
- **下足袋を持参してください**
- 記録用紙、筆記用具のご利用はできませんので、必要な方は自身でお持ちください。
- 更衣室の利用は最大 5 名までとし、短時間でおすすめください。更衣室内で私語はご遠慮ください。
- 更衣室内の密集を避けるため、着替えをすませてから来館ください。
- 使用後のマシンは必ずアルコール消毒をしてください。
- 室内換気のため常時、窓を開けての営業になります。
- 初回講習会は実施いたしません。
- 上記利用規約をお守り頂けない場合、退室していただきます。利用料金の返金はいたしません。
- 全館飲食禁止。水分補給は可。
- 体調不良など異変を感じた場合は、スタッフまでお声掛けください。
- 登録カードを紛失またはお忘れの方はご利用できません。
- 入室前は必ずアルコールで手指消毒をしてください。
- **必ずマスクを正しく着用した状態でご利用ください。**
- **忘れ物は当日に処分いたします。お忘れ物のないようお気を付けください。**
- 利用者同士の接触や待ち時間の緩和のため、私語はお控えください。スタッフはマシン説明のみ行います。