

10月13日より一部変更

■トレーニングルーム

受付方法	当日、窓口受付
利用時間	9:00-20:45 ※各公開の内、2時間まで
利用人数	トレーニングルーム 15名まで ※多目的室:3名 ストレッチエリア:4名
利用料金	1回300円(回数券利用可)
新規利用	受入れ可能
その他	○ 当施設が定めた基準に該当する方のご利用は、ご遠慮していただく場合がございます。(感染状況により、基準が変更する場合があります。) ○ 整理券について ・15名以上となった場合は、整理券を配布いたします ・整理券を配布された方には、空き次第ご連絡いたします。 ・ご連絡がつかない場合は、次の方を優先させていただきます。 ・連絡後15分経過しても受付がない場合は、無効といたします。

【ご利用時の注意点】

- **原則マスクの着用**をお願いいたします。
- お一人1枚雑巾をお渡しいたしますので、使用後は必ず消毒を行ってください。
- 受付時に検温・体調チェックの実施をお願いいたします。(施設ご利用時の注意点参照)
- 筋力トレーニングマシンをご利用の際は、マシン1台空けて(2m(最低1m以上))程度の間隔を設けてトレーニングをお願いいたします。
 - 有酸素系マシン 利用時間を20分。
 - 筋力トレーニングマシン 全マシン使用可。
 - 多目的室 サンドバック利用およびグローブの貸出は中止。
 - 多目的室前 ラウンドフィットネス利用開始。
バレルローラー使用中止。
 - ストレッチエリア 貸出用具の制限。
- ペアを組むもの、参加者同士が対面する動きは禁止いたします。
- トレーニングルームの混雑状況は右のQRコードよりご確認ください。



■パーソナルトレーニング

受付方法	予約制(9:00-20:30)
利用時間	9:00-21:00
利用料金	1回6,000円(回数券利用可)
新規利用	受入れ可能
その他	<ul style="list-style-type: none">○当施設が定めた基準に該当する方のご利用は、ご遠慮していただく場合があります。(感染状況により、基準が変更になる場合があります。)○最終トレーニング開始時間:20:00○トレーニング終了後は清拭消毒のため、30分間隔を開けさせていただきます。○トレーニングルームの多目的室利用人数に含まない。

【ご利用時の注意点】

- **原則マスクの着用**をお願いいたします。
- 窓開けおよび空調による換気を実施しておりますので、対策をお願いいたします。
- 消毒液とペーパータオルを設置してありますので、使用後は必ず消毒を行ってください。
- その他、2メートル(最低1m以上)程度の間隔を設け、対面、接触する動きは禁止とさせていただきます。
- トレーニング終了後、マシンの清拭消毒(マシン・ストレッチマットなど)を実施いたします。
- その他、感染状況などにより、変更する場合があります。