

〇入場について

- ①施設の利用時間は**9時30分～15時、15時30分～21時**とします。
(9時～9時30分、15時～15時30分は消毒清掃作業を行います。)
- ②利用の際は受付にて**検温の実施とチェックシートの提出**をお願いします。
(検温時の体温 37.5 度以上の方は入場出来ません。)
- ③室内環境を維持するため、混雑時には**入場制限**を行います。
(多くの方にご利用いただくため、利用後は速やかに退室をお願いします。また、補助を必要とする利用は当面の間、お控えください。)
- ④トレーニング室利用時には**マスクの着用**をお願いします。
(当面の間は負荷を下げた利用をお願いします。特に有酸素運動をされる方はスポーツタイプマスクの利用を推奨します。)

〇利用について

- ①**スミスマシン、ベンチプレス、ランニングマシン**の利用は、それぞれ**最長 20 分間**までとします。
(現場で利用受付をします。事前予約等は不可。混雑時は譲り合ってください。)
- ②ソーシャルディスタンス確保のため、**一部利用できない機器**があります。
- ③スタッフによる**トレーニングサポート（補助）は行いません**。
- ④室内では**人と一定の距離**を保ち、**会話はお控えください**。
- ⑤トレーニング中の**大きな発声やアクションはお控えください**。
- ⑥利用時は**各自で機器の消毒**をお願いします。
- ⑦館内の**冷水機、血圧計、体重計**は当面の間、**使用禁止**とします。
- ⑧館内では**水分補給以外の飲食は禁止**とします。
- ⑨熱中症対策を含め、**体調管理は各自で**しっかり行ってください。

現在、新型コロナウイルスは終息したわけではなく、上記は利用者の皆様に安全にご利用いただくため、当面の間の措置ですので、ご理解とご協力をお願いします。